ทำวัตรเช้า - เย็น
บทสวดพิเศษ พร้อมคำแปล
วัดป่าสุคะโต



ทำวัตรเช้า-เย็น
บทสวดพิเศษ พร้อมคำแปล
วัดป่าสุคะโต



ทำวัตรเช้า - เย็น

บทสวดพิเศษ พร้อมคำแปล

วัดป่าสุคะโต



ทำวัตรเช้า – เย็น

บทสวดพิเศษ พร้อมคำแปล

วัดป่าสุคะโต

ฉบับปรับปรุง ๒๕๖๓

ปกหน้า – ปกหลัง **บัวหลวง**
ภาพเขียนสีน้ำ
ฝีมือ **พันธุ์ศักดิ์ จักกะพาก**
สงวนลิขสิทธิ์

ปกหน้า เจ้าของภาพ The Shirley Sherwood Collection, London, UK

ปกหลัง เจ้าของภาพ ม.ร.ว. สุมาลยมงคล โสณกุล

จัดพิมพ์โดย บริษัท แปลน พริ้นท์ติ้ง จำกัด
๑๓๖, ๑๓๘ ถนนวิภาวดีรังสิต
แขวงดินแดง เขตดินแดง
กรุงเทพฯ ๑๐๔๐๐
โทร. ๐ ๒๒๓๗ ๒๒๒๒

คำนำ

การทำวัตรสวดมนต์เป็นกิจวัตรของวัดป่าสุคะโตที่ทำเป็นประจำทุกวันทั้งเช้าและเย็น มิได้ขาด เป็นโอกาสที่ผู้ปฏิบัติธรรมทุกคนในวัด ไม่ว่าพระ แม่ชี และคฤหัสถ์ มาประชุมพร้อมเพรียงกัน และน้อมใจเป็นหนึ่งเดียวกันเพื่อระลึกถึงคุณของพระรัตนตรัย

การทำวัตรสวดมนต์มีคุณค่าและความหมายมากกว่าเป็นพิธีกรรมประจำวัน หากน้อมใจไปตามบทสวดก็จะมีศรัทธาเพิ่มพูนขึ้นในพระรัตนตรัยกับ ทำให้มีกำลังใจในการฝึกฝนพัฒนาตน เพื่อลดละกิเลส ยิ่งกว่านั้นยังเป็นโอกาสดีสำหรับการเจริญสติ ฝึกใจให้กลับมาอยู่กับปัจจุบัน รับรู้แต่ละคำที่สาธยาย ไม่ปล่อยใจลอยไปอดีตหรือไหลไปอนาคต เกิดสมาธิและความสงบในจิตใจ ทั้งในยามเช้าก่อนทำกิจ และยามค่ำก่อนเข้านอน

การสวดมนต์ทุกวัน แม้มีหลายบทที่สาธยายซ้ำแล้วซ้ำเล่า แต่หากพิจารณาความหมายตามไปด้วย ยังทำให้เกิดปัญญา เกิดความเข้าใจเพิ่มขึ้นในข้อธรรม หรือได้แง่คิดใหม่ ๆ เสมอจากบทสวดมนต์ ยิ่งกว่านั้นการสวดมนต์เป็นประจำยังช่วยตอกย้ำธรรมให้ประทับแน่นในจิตใจ ทำให้ระลึกได้ไวในยามที่จำเป็น ช่วยรักษาใจให้มั่นคงเป็นกุศลได้ไม่หวั่นไหวแม้มีอนิฏฐารมณ์หรือเหตุร้ายมากระทบ

การสวดมนต์จึงเป็นการปฏิบัติธรรมหรือการบำเพ็ญบุญอย่างหนึ่งที่ชาวพุทธควรทำสม่ำเสมอ ไม่ว่าในยามอยู่วัดหรืออยู่บ้าน สำหรับการสวดมนต์ที่วัดป่าสุคะโตนั้น เป็นการสาธยายภาษาบาลีแล้วแปลไทย เพื่อให้เกิดประโยชน์ทางธรรมอย่างทั่วถึงแก่ผู้สวดดังที่ได้กล่าวมา โดยได้จัดทำหนังสือสวดมนต์แปลเป็นคู่มือด้วย

บทสวดในหนังสือเล่มนี้ส่วนใหญ่มีที่มาจากพระไตรปิฎก ส่วนคำแปลนั้น มีที่มาจากหลายแหล่ง ที่สำคัญคือหนังสือทำวัตรสวดมนต์ของสวนโมกขพลาราม และหนังสือสวดมนต์ฉบับหลวง แต่นอกนั้นไม่สามารถระบุที่มาได้ หากผู้รู้จะกรุณาแจ้งให้ทราบ จะขอบคุณมาก

พระไพศาล วิสาโล
วันอาสาฬหบูชา
๕ กรกฎาคม ๒๕๖๓

สารบัญ

ทำวัตรเช้า - เย็น

บทสวดพิเศษ พร้อมคำแปล

เคล็ดวิธีการสวดตามแบบสวนโมกขพลาราม

๑. เมื่อสวดจนถึง จุดจุลภาค (,) หรือจุดมหัพภาค (.) จึงจะหยุดให้เสียงขาดตอน

๒. เมื่อสวดมาถึงส่วนที่มีการเว้นวรรค (   ) ให้ยั้ง เอื้อนเสียงยาวจนเกือบจะหยุด แต่ไม่ถึงกับหยุดเงียบ แล้วว่าวรรคถัดไปได้เลย

ยามักการ (๎) เป็นเครื่องหมายที่ใส่เพื่อแสดงเสียงควบ ซึ่งพยัญชนะที่มีเครื่องหมายจะออกเสียงกึ่งมาตรา คือออกเสียงครึ่งหนึ่ง โดยออกเสียงเร็วและสั้น

๑. กรณีเป็นพยัญชนะต้นคำ : ให้ออกเสียงควบไปกับพยางค์หลัง โดยออกเสียงสั้น ๆ เช่น **ส๎วาก** ; ให้ออกเสียง **ส๎** สั้น ๆ ควบไปเร็ว ๆ กับ **วาก** เป็น **ส๎วาก** (**ส๎** ออกเสียงสั้นเป็นครึ่งหนึ่งของเสียง “**สะ**”) ; คำอื่น ๆ เช่น **เท๎วะวะ, เต๎วะวะ, ต๎วัง, พ๎รูหิ**

๒. กรณีเป็นพยัญชนะสะกดควบกล้ำ : ให้ออกเสียงเป็นตัวสะกดพยางค์หน้าครึ่งหนึ่งและออกเสียงควบพยางค์หลังครึ่งหนึ่ง โดยออกเสียงสั้น ๆ
เช่น **กัล๎ยา** อ่านว่า **กัล-ล๎ยา** (**ล๎** ออกเสียงสั้นเป็นครึ่งหนึ่งของเสียง “**ละ**”)
ตัวอย่างคำอื่น ๆ เช่น **สุต๎วา, ตัส๎มา, วิรุฬ๎หะ, มัย๎หัง, ตัณ๎หา** เป็นต้น

เกร็ดเล็กเกร็ดน้อย

๑. พยัญชนะ **ฑ** ให้ออกเสียง **ด** ; เช่น **ปัณฑิตา** ออกเสียงว่า **ปัณ-ดิ-ตา**

๒. คำบาลีที่มีคำว่า **หี** ให้ออกเสียงเป็น **ฮี**
เช่น **ตุณ๎หี** อ่านว่า **ตุณ-ณ๎ฮี** (**ณ๎** ในศัพท์นี้ออกเสียงสั้นมาก)

ที่มาของบทบาลี

คำบูชาพระรัตนตรัย	จากสวดมนต์ฉบับหลวง
ปุพพภาคนมการ	ตบ.[๑] เล่ม ๑๒/ข้อ ๓๓๑/หน้า ๓๓๔
พุทธาภิถุติ	จากสวดมนต์ฉบับหลวง
ธัมมาภิถุติ	จากสวดมนต์ฉบับหลวง
สังฆาภิถุติ	จากสวดมนต์ฉบับหลวง
รตนัตตยัปปณามคาถา	จากสวดมนต์ฉบับหลวง
สังเวคปริกิตตนปาฐะ	จากสวดมนต์ฉบับหลวง
พุทธานุสสติ	จากสวดมนต์ฉบับหลวง
(บทพุทธคุณ ใน ตบ. ล. ๑/๑/๑, ๒๒/๒๙๖/๓๔๗,และ ฯลฯ)	
พุทธาภิคีติ	จากสวดมนต์ฉบับหลวง
ธัมมานุสสติ	จากสวดมนต์ฉบับหลวง
(บทธัมมาคุณ ใน ตบ. ล. ๑/๑/๑, ๒๒/๒๙๖/๓๔๗,และ ฯลฯ)	
ธัมมาภิคีติ	จากสวดมนต์ฉบับหลวง
สังฆานุสสติ	จากสวดมนต์ฉบับหลวง
(บทสังฆคุณ ใน ตบ. ล. ๑/๑/๑, ๒๒/๒๙๖/๓๔๗,และ ฯลฯ)	
สังฆาภิคีติ	จากสวดมนต์ฉบับหลวง
สรณคมนปาฐะ	ตบ. ล. ๒๕/๑/๑
อัฏฐสิกขาปทปาฐะ	ตบ. ล. ๒๕/๒/๑
ท์วัตติงสาการปาฐะ	ตบ. ล. ๒๕/๓/๒,
	ตบ. ล. ๑๐/๒๗๗/๓๒๘-๓๒๙
เขมาเขมสรณทีปิกคาถา	ตบ. ล. ๒๕/๒๔/๔๐
อริยธนคาถา	ตบ. ล. ๑๙/๑๖๒๒/๕๑๐
ติลักขณาทิคาถา	ตบ. ล. ๒๕/๓๐/๕๑-๕๒
(ตั้งแต่ อัปปะกา เต ไป)	ตบ. ล. ๒๔/๑๑๗/๒๕๐
ภารสุตตคาถา	ตบ. ล. ๑๗/๕๓/๓๒
ภัทเทกรัตตคาถา	ตบ. ล. ๑๔/๕๒๗/๓๔๘
ธัมมคารวาทิคาถา	ตบ. ล. ๒๑/๒๑/๒๗
(ตั้งแต่ นะ หิ ธัมโม ไป)	ตบ. ล. ๒๖/๓๓๒/๓๑๔-๓๑๕
โอวาทปาติโมกขคาถา	ตบ. ล. ๒๕/๒๔/๓๙
ปฐมพุทธภาสิตคาถา	ตบ. ล. ๒๕/๒๑/๓๕
ปัจฉิมพุทโธวาทปาฐะ	ตบ. ล. ๑๐/๑๔๓/๑๘๐
บทพิจารณาสังขาร	ตบ. ล. ๒๐/๕๗๖/๓๖๘
(อะธุวัง ชีวิตัง) ยังไม่พบที่มา,	
(ตั้งแต่ วะตะ อะยัง กาโย ไป) ตบ. ล. ๒๕/๑๓/๒๐	
ผู้ชี้ขุมทรัพย์	ตบ. ล. ๑๔/๓๕๖/๒๔๕,
	ตบ. ล. ๒๕/๑๖/๒๕
ผู้ชี้ชวนวิงวอน	ตบ. ล. ๑๘/๖๗๔/๔๔๑

ตถาคตเป็นแต่เพียงผู้บอก	ตบ. ล. ๒๕/๓๐/๕๑
ธรรมทั้งหลายอยู่ที่ใจ	ตบ. ล. ๒๕/๑๑/๑๕
เห็นพระพุทธเจ้าคือเห็นปฏิจจสมุปบาท	
	ตบ. ล. ๑๗/๒๑๖/๑๔๗,
	ตบ. ล. ๑๒/๓๔๖/๓๕๙
ธัมมุทเทส ๔	ตบ. ล. ๑๓/๔๔๖/๔๐๖
ตายนคาถา	ตบ. ล. ๑๕/๒๓๙/๖๗-๖๘
สีลุทเทสปาฐะ	ตบ. ล. ๒๔/๗๑/๑๔๑
สังวราสังวรคาถา	ตบ. ล. ๒๕/๑๑,๓๕/๑๖,๖๔
พุทธอุทานคาถา	ตบ. ล. ๔/๑-๓/๒-๔
ปรมกัลยาณมิตตคาถา	ตบ. ล. ๑๙/๔-๗/๒-๓
เทวทูตสุตตปาฐะ	ตบ. ล. ๑๔/๕๒๕/๓๔๖
ตังขณิกปัจจเวกขณปาฐะ	จากสวดมนต์ฉบับหลวง
อตีตปัจจเวกขณปาฐะ	จากสวดมนต์ฉบับหลวง
ธาตุปัจจเวกขณปาฐะ	จากสวดมนต์ฉบับหลวง
อภิณ์หปัจจเวกขณปาฐะ (ฐานสูตร)	ตบ. ล. ๒๒/๕๗/๘๑
กาลามสูตร (เกสปุตตสูตร)	ตบ. ล. ๒๐/๕๐๕/๒๔๓,๒๔๖
สัพพปัตติทานคาถา	จากสวดมนต์ฉบับหลวง
อุทิสสนาธิฏฐานคาถา	จากสวดมนต์ฉบับหลวง
อานิสงส์การเจริญเมตตา	ตบ. ล. ๒๔/๒๒๒/๓๗๐-๓๗๑
อริยมรรคมีองค์แปด	ตบ. ล. ๑๐/๒๙๙/๓๔๘-๓๕๐
ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร	ตบ. ล. ๔/๑๓-๑๗/๑๗-๒๓
อนัตตลักขณสูตร	ตบ. ล. ๔/๒๐-๒๔/๒๔-๒๘
มหาสติปัฏฐานสูตร	ตบ. ล. ๑๐/๒๗๓,๒๗๕,๒๗๖/
	๓๒๕-๓๒๘
ธัมมปหังสนปาฐะ	ตบ. ล. ๑๖/๖๖-๖๗/๓๔-๓๕
พีชมงคลคาถา (กสิสูตร)	
(ตั้งแต่ สัทธา พีชัง ไป)	ตบ. ล. ๑๕/๖๗๔/๒๕๔
มงคลสูตร	ตบ. ล. ๒๕/๖/๓-๔
ปฏิจจสมุปปาทปาฐะ	ตบ. ล. ๑๖/๒-๓/๑-๒
ธัมมนิยามสุตตปาฐะ	ตบ. ล. ๒๐/๕๗๖/๓๖๘
กรณียเมตตสูตร	ตบ. ล. ๒๕/๑๐/๑๓-๑๔
โคตมีสูตร	ตบ. ล. ๗/๔๐๖/๓๓๑
มหาพุทธโถมนาการปาฐะ	ตบ. ล. ๑๓/๘๒/๗๗-๗๘
พุทธชัยมงคลคาถา	จากสวดมนต์ฉบับหลวง

---

[๑] ตบ. หมายถึง พระไตรปิฎกบาลี (ฉบับสยามรัฐ)



“ การทำความดี
ให้เริ่มต้นจากตัวเราก่อน
สังคมมันจะเลว
แต่ ตัวเราต้องไม่เลวร้าย
เราห้ามตัวเรา ไม่ให้ทำความชั่วได้
แต่ ห้ามคนอื่นอาจไม่ได้ ”

หลวงพ่อคำเขียน สุวณฺโณ

ภาค ๑ คำทำวัตรเช้าและเย็น

คำทำวัตรเช้า

(คำบูชาพระรัตนตรัย)

อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ภะคะวา,

พระผู้มีพระภาคเจ้า, เป็นพระอรหันต์, ดับเพลิงกิเลสเพลิงทุกข์สิ้นเชิง,

ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง,

พุทธัง ภะคะวันตัง อะภิวาเทมิ.

ข้าพเจ้าอภิวาทพระผู้มีพระภาคเจ้า, ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน.

(กราบ)

ส๎วากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม,

พระธรรม เป็นธรรมที่พระผู้มีพระภาคเจ้า, ตรัสไว้ดีแล้ว,

ธัมมัง นะมัสสามิ.

ข้าพเจ้านมัสการพระธรรม.

(กราบ)

สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ,

พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า, ปฏิบัติดีแล้ว,

สังฆัง นะมามิ.

ข้าพเจ้านอบน้อมพระสงฆ์.

(กราบ)

ปุพพภาคนมการ

(หันทะ มะยัง พุทธัสสะ ภะคะวะโต ปุพพะภาคะนะมะการัง กะโรมะ เส.)

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต, ขอนอบน้อมแด่พระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์นั้น,
อะระหะโต, ซึ่งเป็นผู้ไกลจากกิเลส,
สัมมาสัมพุทธัสสะ. ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง.
(ว่า ๓ ครั้ง)

๑. พุทธาภิถุติ

(หันทะ มะยัง พุทธาภิถุติง กะโรมะ เส.)

โย โส ตะถาคะโต, พระตถาคตเจ้านั้น พระองค์ใด,
อะระหัง, เป็นผู้ไกลจากกิเลส,
สัมมาสัมพุทโธ, เป็นผู้ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง,
วิชชาจะระณะสัมปันโน, เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชชาและจรณะ,
สุคะโต, เป็นผู้ไปแล้วด้วยดี,
โลกะวิทู, เป็นผู้รู้โลกอย่างแจ่มแจ้ง,
อะนุตตะโร ปุริสะทัมมะสาระถิ,
เป็นผู้สามารถฝึกบุรุษที่สมควรฝึกได้ อย่างไม่มีใครยิ่งกว่า,
สัตถา เทวะมะนุสสานัง, เป็นครูผู้สอน ของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย,
พุทโธ, เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานด้วยธรรม,
ภะคะวา, เป็นผู้มีความจำเริญ จำแนกธรรมสั่งสอนสัตว์,

โย อิมัง โลกัง สะเทวะกัง สะมาระกัง สะพ์รัห์มะกัง, สัสสะมะณะพ์ราห์มะณิง ปะชัง สะเทวะมะนุสสัง สะยัง อะภิญญา สัจฉิกัต์วา[๒] ปะเวเทสิ,

พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์ใด, ได้ทรงทำความดับทุกข์ให้แจ้งด้วยพระปัญญาอันยิ่งเองแล้ว, ทรงสอนโลกนี้พร้อมทั้งเทวดา มาร พรหม, และหมู่สัตว์พร้อมทั้งสมณพราหมณ์, พร้อมทั้งเทวดาและมนุษย์ให้รู้ตาม,

โย ธัมมัง เทเสสิ,

พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์ใด, ทรงแสดงธรรมแล้ว,

อาทิกัล์ยาณัง[๓], ไพเราะในเบื้องต้น,

มัชเฌกัล์ยาณัง, ไพเราะในท่ามกลาง,

ปะริโยสานะกัล์ยาณัง, ไพเราะในที่สุด,

สาตถัง สะพ์ยัญชะนัง เกวะละปะริปุณณัง ปะริสุทธัง พ์รัห์มะจะริยัง ปะกาเสสิ,

ทรงประกาศพรหมจรรย์, คือแบบแห่งการปฏิบัติอันประเสริฐ บริสุทธิ์บริบูรณ์ สิ้นเชิง, พร้อมทั้งอรรถะ พร้อมทั้งพยัญชนะ,

ตะมะหัง ภะคะวันตัง อะภิปูชะยามิ,

ข้าพเจ้าบูชาอย่างยิ่ง เฉพาะพระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น,

ตะมะหัง ภะคะวันตัง สิระสา นะมามิ.

ข้าพเจ้านอบน้อมพระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น ด้วยเศียรเกล้า.

(กราบระลึกถึงพระพุทธคุณ)

---

[๒] อ่านว่า **กัต-ต์วา** (ต์ ออกเสียงสั้นเป็นครึ่งหนึ่งของเสียง “ตะ”)

[๓] อ่านว่า **อา-ทิ-กัล-ล์ยา-ณัง** (ล์ ออกเสียงสั้นเป็นครึ่งหนึ่งของเสียง “ละ”)

๒. ธัมมาภิถุติ

(หันทะ มะยัง ธัมมาภิถุติง กะโรมะ เส.)

โย โส ส๎วากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม,

พระธรรมนั้นใด, เป็นสิ่งที่พระผู้มีพระภาคเจ้า ได้ตรัสไว้ดีแล้ว,

สันทิฏฐิโก, เป็นสิ่งที่ผู้ศึกษาและปฏิบัติ พึงเห็นได้ด้วยตนเอง,

อะกาลิโก, เป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้ และให้ผลได้ ไม่จำกัดกาล,

เอหิปัสสิโก, เป็นสิ่งที่ควรกล่าวกะผู้อื่นว่า ท่านจงมาดูเถิด,

โอปะนะยิโก, เป็นสิ่งที่ควรน้อมเข้ามาใส่ตัว,

ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิ, เป็นสิ่งที่ผู้รู้ก็รู้ได้เฉพาะตน,

ตะมะหัง ธัมมัง อะภิปูชะยามิ, ข้าพเจ้าบูชาอย่างยิ่ง เฉพาะพระธรรมนั้น,

ตะมะหัง ธัมมัง สิระสา นะมามิ. ข้าพเจ้านอบน้อมพระธรรมนั้น ด้วยเศียรเกล้า.

(กราบระลึกถึงพระธรรมคุณ)

๓. สังฆาภิถุติ

(หันทะ มะยัง สังฆาภิถุติง กะโรมะ เส.)

โย โส สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ,

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น หมู่ใด, ปฏิบัติดีแล้ว,

อุชุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ,

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า หมู่ใด, ปฏิบัติตรงแล้ว,

ญายะปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ,

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า หมู่ใด, ปฏิบัติเพื่อรู้ธรรมเป็นเครื่องออกจากทุกข์แล้ว,

สามีจิปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ,

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า หมู่ใด, ปฏิบัติสมควรแล้ว,

ยะทิทัง, ได้แก่บุคคลเหล่านี้คือ :

จัตตาริ ปุริสะยุคานิ อัฏฐะ ปุริสะปุคคะลา,

คู่แห่งบุรุษ ๔ คู่, นับเรียงตัวบุรุษ ได้ ๘ บุรุษ[๔],

เอสะ ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ,

นั่นแหละ สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า,

อาหุเนยโย, เป็นสงฆ์ควรแก่สักการะที่เขานำมาบูชา,

ปาหุเนยโย, เป็นสงฆ์ควรแก่สักการะที่เขาจัดไว้ต้อนรับ,

ทักขิเณยโย, เป็นผู้ควรรับทักษิณาทาน,

อัญชะลีกะระณีโย, เป็นผู้ที่บุคคลทั่วไปควรทำอัญชลี,

อะนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง โลกัสสะ,

เป็นเนื้อนาบุญของโลก, ไม่มีนาบุญอื่นยิ่งกว่า,

ตะมะหัง สังฆัง อะภิปูชะยามิ,

ข้าพเจ้าบูชาอย่างยิ่ง เฉพาะพระสงฆ์หมู่นั้น,

ตะมะหัง สังฆัง สิระสา นะมามิ.

ข้าพเจ้านอบน้อมพระสงฆ์หมู่นั้น ด้วยเศียรเกล้า.

(กราบระลึกถึงพระสังฆคุณ)

---

[๔] สี่คู่ คือ โสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผล, สกิทาคามิมรรค สกิทาคามิผล, อนาคามิมรรค อนาคามิผล, อรหัตตมรรค อรหัตตผล

๔. รตนัตตยัปปณามคาถา

(หันทะ มะยัง ระตะนัตตะยัปปะณามะคาถาโย เจวะ สังเวคะปะริกิตตะนะปาฐัญจะ ภะณามะ เส.)

พุทโธ สุสุทโธ กะรุณามะหัณณะโว,

พระพุทธเจ้าผู้บริสุทธิ์ มีพระกรุณาดุจห้วงมหรรณพ,

โยจจันตะสุทธัพพะระญาณะโลจะโน,

พระองค์ใด มีตาคือญาณอันประเสริฐหมดจดถึงที่สุด,

โลกัสสะ ปาปูปะกิเลสะฆาตะโก,

เป็นผู้ฆ่าเสียซึ่งบาป และอุปกิเลสของโลก,

วันทามิ พุทธัง อะหะมาทะเรนะ ตัง,

ข้าพเจ้าไหว้พระพุทธเจ้าพระองค์นั้น โดยใจเคารพเอื้อเฟื้อ,

ธัมโม ปะทีโป วิยะ ตัสสะ สัตถุโน,

พระธรรมของพระศาสดา สว่างรุ่งเรืองเปรียบดวงประทีป,

โย มัคคะปากามะตะเภทะภินนะโก,

จำแนกประเภท คือ มรรค ผล นิพพาน, ส่วนใด,

โลกุตตะโร โย จะ ตะทัตถะทีปะโน,

ซึ่งเป็นตัวโลกุตตระ, และส่วนใดที่ชี้แนวแห่งโลกุตตระนั้น,

วันทามิ ธัมมัง อะหะมาทะเรนะ ตัง,

ข้าพเจ้าไหว้พระธรรมนั้น โดยใจเคารพเอื้อเฟื้อ,

สังโฆ สุเขตตาภ์ยะติเขตตะสัญญิโต,

พระสงฆ์เป็นนาบุญอันยิ่งใหญ่กว่านาบุญอันดีทั้งหลาย,

โย ทิฏฐะสันโต สุคะตานุโพธะโก,

เป็นผู้เห็นพระนิพพาน, ตรัสรู้ตามพระสุคต, หมู่ใด,

โลลัปปะหีโน อะริโย สุเมธะโส,

เป็นผู้ละกิเลสเครื่องโลเล เป็นพระอริยเจ้า มีปัญญาดี,

วันทามิ สังฆัง อะหะมาทะเรนะ ตัง,

ข้าพเจ้าไหว้พระสงฆ์หมู่นั้น โดยใจเคารพเอื้อเฟื้อ,

อิจเจวะเมกันตะภิปูชะเนยยะกัง, วัตถุตตะยัง วันทะยะตาภิสังขะตัง, ปุญญัง มะยา ยัง มะมะ สัพพุปัททะวา, มา โหนตุ เว ตัสสะ ปะภาวะสิทธิยา.

บุญใด ที่ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่ซึ่งวัตถุสาม, คือพระรัตนตรัย อันควรบูชายิ่งโดยส่วนเดียว, ได้กระทำแล้วเป็นอย่างยิ่งเช่นนี้นี้, ขออุปัทวะทั้งหลาย, จงอย่ามีแก่ข้าพเจ้าเลย, ด้วยอำนาจความสำเร็จ อันเกิดจากบุญนั้น.

๕. สังเวคปริกิตตนปาฐะ

อิธะ ตะถาคะโต โลเก อุปปันโน,

พระตถาคตเจ้าเกิดขึ้นแล้ว ในโลกนี้,

อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ,

เป็นผู้ไกลจากกิเลส, ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง,

ธัมโม จะ เทสิโต นิยยานิโก,

และพระธรรมที่ทรงแสดง เป็นธรรมเครื่องออกจากทุกข์,

อุปะสะมิโก ปะรินิพพานิโก,

เป็นเครื่องสงบกิเลส, เป็นไปเพื่อปรินิพพาน,

สัมโพธะคามี สุคะตัปปะเวทิโต,

เป็นไปเพื่อความรู้พร้อม, เป็นธรรมที่พระสุคตประกาศ,

มะยันตัง ธัมมัง สุต์วา เอวัง ชานามะ,

พวกเราเมื่อได้ฟังธรรมนั้นแล้ว, จึงได้รู้อย่างนี้ว่า :-

ชาติปิ ทุกขา, แม้ความเกิดก็เป็นทุกข์,

ชะราปิ ทุกขา, แม้ความแก่ก็เป็นทุกข์,

มะระณัมปิ ทุกขัง, แม้ความตายก็เป็นทุกข์,

โสกะปะริเทวะทุกขะโทมะนัสสุปายาสาปิ ทุกขา,

แม้ความโศก ความร่ำไรรำพัน ความไม่สบายกาย ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจ ก็เป็นทุกข์,

อัปปิเยหิ สัมปะโยโค ทุกโข,

ความประสบกับสิ่งไม่เป็นที่รักที่พอใจ ก็เป็นทุกข์,

ปิเยหิ วิปปะโยโค ทุกโข,

ความพลัดพรากจากสิ่งเป็นที่รักที่พอใจ ก็เป็นทุกข์,

ยัมปิจฉัง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง,

มีความปรารถนาสิ่งใด ไม่ได้สิ่งนั้น นั่นก็เป็นทุกข์,

สังขิตเตนะ ปัญจุปาทานักขันธา ทุกขา,

ว่าโดยย่อ อุปาทานขันธ์ทั้ง ๕ เป็นตัวทุกข์,

เสยยะถีทัง, ได้แก่สิ่งเหล่านี้ คือ :-

รูปูปาทานักขันโธ, ขันธ์ อันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่น คือรูป,

เวทะนูปาทานักขันโธ, ขันธ์ อันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่น คือเวทนา,

สัญญูปาทานักขันโธ, ขันธ์ อันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่น คือสัญญา,

สังขารูปาทานักขันโธ, ขันธ์ อันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่น คือสังขาร,

วิญญาณูปาทานักขันโธ, ขันธ์ อันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่น คือวิญญาณ,

เยสัง ปะริญญายะ, เพื่อให้สาวกกำหนดรอบรู้อุปาทานขันธ์ เหล่านี้เอง,

ธะระมาโน โส ภะคะวา, จึงพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น เมื่อยังทรงพระชนม์อยู่,

เอวัง พะหุลัง สาวะเก วิเนติ,

ย่อมทรงแนะนำสาวกทั้งหลาย เช่นนี้เป็นส่วนมาก,

เอวัง ภาคา จะ ปะนัสสะ ภะคะวะโต สาวะเกสุ อะนุสาสะนี พะหุลา ปะวัตตะติ,

อนึ่ง คำสั่งสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น, ย่อมเป็นไปในสาวกทั้งหลาย, ส่วนมาก, มีส่วนคือการจำแนกอย่างนี้ว่า :-

รูปัง อะนิจจัง, รูปไม่เที่ยง,

เวทะนา อะนิจจา, เวทนาไม่เที่ยง,

สัญญา อะนิจจา, สัญญาไม่เที่ยง,

สังขารา อะนิจจา, สังขารไม่เที่ยง,

วิญญาณัง อะนิจจัง, วิญญาณไม่เที่ยง,

รูปัง อะนัตตา, รูปไม่ใช่ตัวตน,

เวทะนา อะนัตตา, เวทนาไม่ใช่ตัวตน,

สัญญา อะนัตตา, สัญญาไม่ใช่ตัวตน,

สังขารา อะนัตตา, สังขารไม่ใช่ตัวตน,

วิญญาณัง อะนัตตา, วิญญาณไม่ใช่ตัวตน,

สัพเพ สังขารา อะนิจจา, สังขารทั้งหลายทั้งปวง ไม่เที่ยง,

สัพเพ ธัมมา อะนัตตาติ. ธรรมทั้งหลายทั้งปวง ไม่ใช่ตัวตน ดังนี้.

เต (หญิงว่า **ตา**) **มะยัง โอติณณาม์หะ,**

พวกเราทั้งหลาย เป็นผู้ถูกครอบงำแล้ว,

ชาติยา, โดยความเกิด,

ชะรามะระเณนะ, โดยความแก่ และความตาย,

โสเกหิ ปะริเทเวหิ ทุกเขหิ โทมะนัสเสหิ อุปายาเสหิ,

โดยความโศก ความร่ำไรรำพัน ความไม่สบายกาย ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจ ทั้งหลาย,

ทุกโขติณณา, เป็นผู้ถูกความทุกข์ หยั่งเอาแล้ว,

ทุกขะปะเรตา, เป็นผู้มีความทุกข์ เป็นเบื้องหน้าแล้ว,

อัปเปวะนามิมัสสะ เกวะลัสสะ ทุกขักขันธัสสะ อันตะกิริยา ปัญญาเยถาติ.

ทำไฉน การทำที่สุดแห่งกองทุกข์ทั้งสิ้นนี้, จะพึงปรากฏชัดแก่เราได้.

(สำหรับพระภิกษุสามเณรสวด)

จิระปะรินิพพุตัมปิ ตัง ภะคะวันตัง อุททิสสะ อะระหันตัง สัมมาสัมพุทธัง,

เราทั้งหลาย อุทิศเฉพาะพระผู้มีพระภาคเจ้า, ผู้ไกลจากกิเลส, ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง, แม้ปรินิพพานนานแล้ว พระองค์นั้น,

สัทธา อะคารัสํมา อะนะคาริยัง ปัพพะชิตา,

เป็นผู้มีศรัทธา ออกบวชจากเรือน ไม่เกี่ยวข้องด้วยเรือนแล้ว,

ตัสํมิง ภะคะวะติ พ๎รัห๎มะจะริยัง จะรามะ,

ประพฤติอยู่ซึ่งพรหมจรรย์ ในพระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น,

ภิกขูนัง สิกขาสาชีวะสะมาปันนา[๕],

ถึงพร้อมด้วยสิกขาและธรรมเป็นเครื่องเลี้ยงชีวิต ของภิกษุทั้งหลาย,

ตัง โน พ๎รัห๎มะจะริยัง อิมัสสะ เกวะลัสสะ ทุกขักขันธัสสะ อันตะกิริยายะ สังวัตตะตุ.

ขอให้พรหมจรรย์ของเราทั้งหลายนั้น, จงเป็นไปเพื่อการทำที่สุดแห่งกองทุกข์ทั้งสิ้นนี้ เทอญ.

---

[๕] ที่ขีดเส้นใต้ สามเณรพึงเว้นประโยคนี้ หรือจะเปลี่ยนประโยคเป็น **สามะเณรานัง สิกขาสาชีวะสะมาปันนา** แปลว่า “ถึงพร้อมด้วยสิกขาและธรรมเป็นเครื่องเลี้ยงชีวิต ของสามเณรทั้งหลาย” อย่างนี้ก็ได้.

(สำหรับคฤหัสถ์สวด)

จิระปะรินิพพุตัมปิ ตัง ภะคะวันตัง สะระณัง คะตา[๖],

เราทั้งหลาย ผู้ถึงแล้วซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้า แม้ปรินิพพานนานแล้ว พระองค์นั้น เป็นสรณะ,

ธัมมัญจะ สังฆัญจะ,

ถึงพระธรรมด้วย, ถึงพระสงฆ์ด้วย,

ตัสสะ ภะคะวะโต สาสะนัง ยะถาสะติ ยะถาพะลัง มะนะสิกะโรมะ[๗] อะนุปะฏิปัชชามะ[๘],

จักทำในใจอยู่ ปฏิบัติตามอยู่ ซึ่งคำสั่งสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น ตามสติกำลัง,

สา สา โน ปะฏิปัตติ,

ขอให้ความปฏิบัตินั้น ๆ ของเราทั้งหลาย,

อิมัสสะ เกวะลัสสะ ทุกขักขันธัสสะ อันตะกิริยายะ สังวัตตะตุ.

จงเป็นไปเพื่อการทำที่สุดแห่งกองทุกข์ ทั้งสิ้นนี้ เทอญ.

(จบคำทำวัตรเช้า)

---

[๖] อุบาสก : ถ้าสวดคนเดียว พึงว่า **คะโต**, ถ้าสวดหลายคน พึงว่า **คะตา** ;
อุบาสิกา : จะสวดคนเดียวหรือหลายคน ก็พึงว่า **คะตา**

[๗] ถ้าสวดคนเดียว พึงว่า **มะนะสิกะโรมิ**

[๘] ถ้าสวดคนเดียว พึงว่า **อะนุปะฏิปัชชามิ**

คำทำวัตรเย็น

(คำบูชาพระรัตนตรัย)

อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ภะคะวา,

พระผู้มีพระภาคเจ้า, เป็นพระอรหันต์, ดับเพลิงกิเลสเพลิงทุกข์สิ้นเชิง, ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง,

พุทธัง ภะคะวันตัง อะภิวาเทมิ.

ข้าพเจ้าอภิวาทพระผู้มีพระภาคเจ้า, ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน.

(กราบ)

ส๎วากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม,

พระธรรม เป็นธรรมที่พระผู้มีพระภาคเจ้า, ตรัสไว้ดีแล้ว,

ธัมมัง นะมัสสามิ.

ข้าพเจ้านมัสการพระธรรม.

(กราบ)

สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ,

พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า, ปฏิบัติดีแล้ว,

สังฆัง นะมามิ.

ข้าพเจ้านอบน้อมพระสงฆ์.

(กราบ)

ปุพพภาคนมการ

(หันทะ มะยัง พุทธัสสะ ภะคะวะโต ปุพพะภาคะนะมะการัง กะโรมะ เส.)

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต, ขอนอบน้อมแด่พระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์นั้น,

อะระหะโต, ซึ่งเป็นผู้ไกลจากกิเลส,

สัมมาสัมพุทธัสสะ. ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง.

(ว่า ๓ ครั้ง)

๑. พุทธานุสสติ

(หันทะ มะยัง พุทธานุสสะตินะยัง กะโรมะ เส.)

ตัง โข ปะนะ ภะคะวันตัง เอวัง กัล๎ยาโณ กิตติสัทโท อัพภุคคะโต,

ก็กิตติศัพท์อันงามของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น, ได้ฟุ้งไปแล้วอย่างนี้ว่า :-

อิติปิ โส ภะคะวา, เพราะเหตุอย่างนี้ ๆ พระผู้มีพระภาคเจ้านั้น,

อะระหัง, เป็นผู้ไกลจากกิเลส,

สัมมาสัมพุทโธ, เป็นผู้ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง,

วิชชาจะระณะสัมปันโน, เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชชาและจรณะ,

สุคะโต, เป็นผู้ไปแล้วด้วยดี,

โลกะวิทู, เป็นผู้รู้โลกอย่างแจ่มแจ้ง,

อะนุตตะโร ปุริสะทัมมะสาระถิ,

เป็นผู้สามารถฝึกบุรุษที่สมควรฝึกได้ อย่างไม่มีใครยิ่งกว่า,

สัตถา เทวะมะนุสสานัง, เป็นครูผู้สอน ของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย,

พุทโธ, เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานด้วยธรรม,

ภะคะวาติ. เป็นผู้มีความจำเริญ จำแนกธรรมสั่งสอนสัตว์ ดังนี้.

๒. พุทธาภิคีติ

(หันทะ มะยัง พุทธาภิคีติง กะโรมะ เส.)

พุทธ์วาระหันตะวะระตาทิคุณาภิยุตโต,

พระพุทธเจ้าประกอบด้วยคุณ มีความประเสริฐแห่งอรหันตคุณ เป็นต้น,

สุทธาภิญาณะกะรุณาหิ สะมาคะตัตโต,

มีพระองค์อันประกอบด้วยพระญาณ และพระกรุณาอันบริสุทธิ์,

โพเธสิ โย สุชะนะตัง กะมะลังวะ สูโร,

พระองค์ใด ทรงกระทำชนที่ดีให้เบิกบาน ดุจอาทิตย์ทำบัวให้บาน,

วันทามะหัง ตะมะระณัง สิระสา ชิเนนทัง,

ข้าพเจ้าไหว้พระชินสีห์ ผู้ไม่มีกิเลสพระองค์นั้น ด้วยเศียรเกล้า,

พุทโธ โย สัพพะปาณีนัง สะระณัง เขมะมุตตะมัง,

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด เป็นสรณะอันเกษมสูงสุด ของสัตว์ทั้งหลาย,

ปะฐะมานุสสะติฏฐานัง วันทามิ ตัง สิเรนะหัง,

ข้าพเจ้าไหว้พระพุทธเจ้าพระองค์นั้น อันเป็นที่ตั้งแห่งความระลึกองค์ที่หนึ่ง ด้วยเศียรเกล้า,

พุทธัสสาหัส๎มิ ทาโส (ทาสี) วะ พุทโธ เม สามิกิสสะโร,

ข้าพเจ้าเป็นทาสของพระพุทธเจ้า, พระพุทธเจ้าเป็นนาย มีอิสระเหนือข้าพเจ้า,

พุทโธ ทุกขัสสะ ฆาตา จะ วิธาตา จะ หิตัสสะ เม,

พระพุทธเจ้าเป็นเครื่องกำจัดทุกข์ และทรงไว้ซึ่งประโยชน์แก่ข้าพเจ้า,

พุทธัสสาหัง นิยยาเทมิ สะรีรัญชีวิตัญจิทัง,

ข้าพเจ้ามอบกายถวายชีวิตนี้ แด่พระพุทธเจ้า,

วันทันโตหัง (ตีหัง) จะริสสามิ พุทธัสเสวะ สุโพธิตัง,

ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่จักประพฤติตาม ซึ่งความตรัสรู้ดีของพระพุทธเจ้า,

นัตถิ เม สะระณัง อัญญัง พุทโธ เม สะระณัง วะรัง,

สรณะอื่นของข้าพเจ้าไม่มี, พระพุทธเจ้าเป็นสรณะอันประเสริฐของข้าพเจ้า,

เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ วัฑเฒยยัง สัตถุสาสะเน,

ด้วยการกล่าวคำสัจจ์นี้ ข้าพเจ้าพึงเจริญในพระศาสนาของพระศาสดา,

พุทธัง เม วันทะมาเนนะ (มานายะ) ยัง ปุญญัง ปะสุตัง อิธะ,

ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่ซึ่งพระพุทธเจ้า ได้ขวนขวายบุญใดในบัดนี้,

สัพเพปิ อันตะรายา เม มาเหสุง ตัสสะ เตชะสา.

อันตรายทั้งปวง อย่าได้มีแก่ข้าพเจ้า ด้วยเดชแห่งบุญนั้น.

(กราบหมอบลงว่า)

กาเยนะ วาจายะ วะ เจตะสา วา,

ด้วยกายก็ดี ด้วยวาจาก็ดี ด้วยใจก็ดี,

พุทเธ กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง,

กรรมน่าติเตียนอันใด ที่ข้าพเจ้ากระทำแล้ว ในพระพุทธเจ้า,

พุทโธ ปะฏิคคัณ์หะตุ อัจจะยันตัง,

ขอพระพุทธเจ้า จงงดซึ่งโทษล่วงเกินอันนั้น,

กาลันตะเร สังวะริตุง วะ พุทเธ.

เพื่อการสำรวมระวัง ในพระพุทธเจ้า ในกาลต่อไป.[๙]

---

[๙] บทขอให้งดโทษนี้ มิได้เป็นการขอล้างบาป, เป็นเพียงการเปิดเผยตนเอง, และคำว่าโทษในที่นี้มิได้หมายถึงกรรม: หมายเพียงโทษเล็กน้อยซึ่งเป็นการ "ส่วนตัว" ระหว่างกันที่พึงอโหสิกันได้. การขอขมาชนิดนี้สำเร็จผลได้ในเมื่อผู้ขอตั้งใจทำจริง ๆ, และเป็นเพียงศีลธรรม หรือสิ่งที่ควรประพฤติ

๓. ธัมมานุสสติ

(หันทะ มะยัง ธัมมานุสสะตินะยัง กะโรมะ เส.)

ส๎วากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม,

พระธรรม เป็นสิ่งที่พระผู้มีพระภาคเจ้า ได้ตรัสไว้ดีแล้ว,

สันทิฏฐิโก, เป็นสิ่งที่ผู้ศึกษาและปฏิบัติ พึงเห็นได้ด้วยตนเอง,

อะกาลิโก, เป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้ และให้ผลได้ ไม่จำกัดกาล,

เอหิปัสสิโก, เป็นสิ่งที่ควรกล่าวกะผู้อื่นว่า ท่านจงมาดูเถิด,

โอปะนะยิโก, เป็นสิ่งที่ควรน้อมเข้ามาใส่ตัว,

ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหีติ. เป็นสิ่งที่ผู้รู้ก็รู้ได้เฉพาะตน ดังนี้.

๔. ธัมมาภิคีติ

(หันทะ มะยัง ธัมมาภิคีติง กะโรมะ เส.)

ส๎วากขาตะตาทิคุณะโยคะวะเสนะ เสยโย,

พระธรรม เป็นสิ่งที่ประเสริฐเพราะประกอบด้วยคุณ คือความที่พระผู้มี-พระภาคเจ้า ตรัสไว้ดีแล้ว เป็นต้น,

โย มัคคะปากะปะริยัตติวิโมกขะเภโท,

เป็นธรรมอันจำแนกเป็น มรรค ผล ปริยัติ และนิพพาน,

ธัมโม กุโลกะปะตะนา ตะทะธาริธารี,

เป็นธรรมทรงไว้ซึ่งผู้ทรงธรรม จากการตกไปสู่โลกที่ชั่ว,

วันทามะหัง ตะมะหะรัง วะระธัมมะเมตัง,

ข้าพเจ้าไหว้พระธรรมอันประเสริฐนั้น อันเป็นเครื่องขจัดเสียซึ่งความมืด,

ธัมโม โย สัพพะปาณีนัง สะระณัง เขมะมุตตะมัง,

พระธรรมใด เป็นสรณะอันเกษมสูงสุด ของสัตว์ทั้งหลาย,

ทุติยานุสสะติฏฐานัง วันทามิ ตัง สิเรนะหัง,

ข้าพเจ้าไหว้พระธรรมนั้น อันเป็นที่ตั้งแห่งความระลึกองค์ที่สอง ด้วยเศียรเกล้า,

ธัมมัสสาหัส๎มิ ทาโส (ทาสี) วะ ธัมโม เม สามิกิสสะโร,

ข้าพเจ้าเป็นทาสของพระธรรม, พระธรรมเป็นนาย มีอิสระเหนือข้าพเจ้า,

ธัมโม ทุกขัสสะ ฆาตา จะ วิธาตา จะ หิตัสสะ เม,

พระธรรมเป็นเครื่องกำจัดทุกข์ และทรงไว้ซึ่งประโยชน์แก่ข้าพเจ้า,

ธัมมัสสาหัง นิยยาเทมิ สะรีรัญชีวิตัญจิทัง,

ข้าพเจ้ามอบกายถวายชีวิตนี้ แด่พระธรรม,

วันทันโตหัง (ตีหัง) จะริสสามิ ธัมมัสเสวะ สุธัมมะตัง,

ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่จักประพฤติตาม ซึ่งความเป็นธรรมดีของพระธรรม,

นัตถิ เม สะระณัง อัญญัง ธัมโม เม สะระณัง วะรัง,

สรณะอื่นของข้าพเจ้าไม่มี, พระธรรมเป็นสรณะอันประเสริฐของข้าพเจ้า,

เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ วัฑเฒยยัง สัตถุ สาสะเน,

ด้วยการกล่าวคำสัจจ์นี้ ข้าพเจ้าพึงเจริญในพระศาสนาของพระศาสดา,

ธัมมัง เม วันทะมาเนนะ (มานายะ) ยัง ปุญญัง ปะสุตัง อิธะ,

ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่ซึ่งพระธรรม ได้ขวนขวายบุญใดในบัดนี้,

สัพเพปิ อันตะรายา เม มาเหสุง ตัสสะ เตชะสา.

อันตรายทั้งปวง อย่าได้มีแก่ข้าพเจ้า ด้วยเดชแห่งบุญนั้น.

(กราบหมอบลงว่า)

กาเยนะ วาจายะ วะ เจตะสา วา,

ด้วยกายก็ดี ด้วยวาจาก็ดี ด้วยใจก็ดี,

ธัมเม กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง,

กรรมน่าติเตียนอันใด ที่ข้าพเจ้ากระทำแล้ว ในพระธรรม,

ธัมโม ปะฏิคคัณ์หะตุ อัจจะยันตัง,

ขอพระธรรม จงงดซึ่งโทษล่วงเกินอันนั้น,

กาลันตะเร สังวะริตุง วะ ธัมเม.

เพื่อการสำรวมระวัง ในพระธรรม ในกาลต่อไป.

๕. สังฆานุสสติ

(หันทะ มะยัง สังฆานุสสะตินะยัง กะโรมะ เส.)

สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ,

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า หมู่ใด, ปฏิบัติดีแล้ว,

อุชุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ,

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า หมู่ใด, ปฏิบัติตรงแล้ว,

ญายะปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ,

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า หมู่ใด, ปฏิบัติเพื่อรู้ธรรมเป็นเครื่องออกจากทุกข์แล้ว,

สามีจิปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ,

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า หมู่ใด, ปฏิบัติสมควรแล้ว,

ยะทิทัง, ได้แก่บุคคลเหล่านี้คือ :

จัตตาริ ปุริสะยุคานิ อัฏฐะ ปุริสะปุคคะลา,

คู่แห่งบุรุษ ๔ คู่, นับเรียงตัวบุรุษ ได้ ๘ บุรุษ,

เอสะ ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ,

นั่นแหละ สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า,

อาหุเนยโย, เป็นสงฆ์ควรแก่สักการะที่เขานำมาบูชา,

ปาหุเนยโย, เป็นสงฆ์ควรแก่สักการะที่เขาจัดไว้ต้อนรับ,

ทักขิเณยโย, เป็นผู้ควรรับทักษิณาทาน,

อัญชะลีกะระณีโย, เป็นผู้ที่บุคคลทั่วไปควรทำอัญชลี,

อะนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง โลกัสสาติ.

เป็นเนื้อนาบุญของโลก, ไม่มีนาบุญอื่นยิ่งกว่า ดังนี้.

๖. สังฆาภิคีติ

(หันทะ มะยัง สังฆาภิคีติง กะโรมะ เส.)

สัทธัมมะโช สุปะฏิปัตติคุณาทิยุตโต,

พระสงฆ์ที่เกิดโดยพระสัทธรรม ประกอบด้วยคุณมีความปฏิบัติดี เป็นต้น,

โยฏฐัพพิโธ อะริยะปุคคะละสังฆะเสฏโฐ,

เป็นหมู่แห่งพระอริยบุคคลอันประเสริฐ แปดจำพวก,

สีลาทิธัมมะปะวะราสะยะกายะจิตโต,

มีกายและจิต อันอาศัยธรรมมีศีลเป็นต้น อันบวร,

วันทามะหัง ตะมะริยานะคะณัง สุสุทธัง,

ข้าพเจ้าไหว้หมู่แห่งพระอริยเจ้าเหล่านั้น อันบริสุทธิ์ด้วยดี,

สังโฆ โย สัพพะปาณีนัง สะระณัง เขมะมุตตะมัง,

พระสงฆ์หมู่ใด เป็นสรณะอันเกษมสูงสุด ของสัตว์ทั้งหลาย,

ตะติยานุสสะติฏฐานัง วันทามิ ตัง สิเรนะหัง,

ข้าพเจ้าไหว้พระสงฆ์หมู่นั้น อันเป็นที่ตั้งแห่งความระลึกองค์ที่สาม ด้วยเศียรเกล้า,

สังฆัสสาหัส๎มิ ทาโส (ทาสี) วะ สังโฆ เม สามิกิสสะโร,

ข้าพเจ้าเป็นทาสของพระสงฆ์, พระสงฆ์เป็นนาย มีอิสระเหนือข้าพเจ้า,

สังโฆ ทุกขัสสะ ฆาตา จะ วิธาตา จะ หิตัสสะ เม,

พระสงฆ์เป็นเครื่องกำจัดทุกข์ และทรงไว้ซึ่งประโยชน์แก่ข้าพเจ้า,

สังฆัสสาหัง นิยยาเทมิ สะรีรัญชีวิตัญจิทัง,

ข้าพเจ้ามอบกายถวายชีวิตนี้ แด่พระสงฆ์,

วันทันโตหัง (ตีหัง) จะริสสามิ สังฆัสโสปะฏิปันนะตัง,

ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่จักประพฤติตาม ซึ่งความปฏิบัติดีของพระสงฆ์,

นัตถิ เม สะระณัง อัญญัง สังโฆ เม สะระณัง วะรัง,

สรณะอื่นของข้าพเจ้าไม่มี, พระสงฆ์เป็นสรณะอันประเสริฐของข้าพเจ้า,

เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ วัฑเฒยยัง สัตถุ สาสะเน,

ด้วยการกล่าวคำสัจจ์นี้ ข้าพเจ้าพึงเจริญในพระศาสนาของพระศาสดา,

สังฆัง เม วันทะมาเนนะ (มานายะ) ยัง ปุญญัง ปะสุตัง อิธะ,

ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่ซึ่งพระสงฆ์ ได้ขวนขวายบุญใดในบัดนี้,

สัพเพปิ อันตะรายา เม มาเหสุง ตัสสะ เตชะสา.

อันตรายทั้งปวง อย่าได้มีแก่ข้าพเจ้า ด้วยเดชแห่งบุญนั้น.

(กราบหมอบลงว่า)

กาเยนะ วาจายะ วะ เจตะสา วา,

ด้วยกายก็ดี ด้วยวาจาก็ดี ด้วยใจก็ดี,

สังเฆ กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง,

กรรมน่าติเตียนอันใด ที่ข้าพเจ้ากระทำแล้ว ในพระสงฆ์,

สังโฆ ปะฏิคคัณ์หะตุ อัจจะยันตัง,

ขอพระสงฆ์ จงงดซึ่งโทษล่วงเกินอันนั้น,

กาลันตะเร สังวะริตุง วะ สังเฆ.

เพื่อการสำรวมระวัง ในพระสงฆ์ ในกาลต่อไป.

(จบคำทำวัตรเย็น)



“ หัวเราะความทุกข์
หัวเราะความโกรธ
หัวเราะความคิดตัวเอง
มองแบบขำ ๆ
อย่าไปจับอะไรผิด ๆ ถูก ๆ
เอาจริงเอาจังกับตัวเอง
เอาจริงเอาจังกับคนอื่น
บางทีก็ ไม่เป็นไร
ผิดบ้าง ไม่เป็นไร
ถูกบ้าง ไม่เป็นไร ”

หลวงพ่อคำเขียน สุวณฺโณ



" รู้ซื่อ ๆ
อย่าไปรู้แบบหา
อย่าไปรู้แบบระมัดระวังจนเกินไป
...รู้...
ก็ใช้ได้แล้ว "

หลวงพ่อคำเขียน สุวณฺโณ

ภาค ๒ บทสวดพิเศษ

๑. ปุพพภาคนมการ

(หันทะ มะยัง พุทธัสสะ ภะคะวะโต ปุพพะภาคะนะมะการัง กะโรมะ เส.)

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต, ขอนอบน้อมแด่พระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์นั้น,
อะระหะโต, ซึ่งเป็นผู้ไกลจากกิเลส,
สัมมาสัมพุทธัสสะ. ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง.
(ว่า ๓ ครั้ง)

๒. สรณคมนปาฐะ

(หันทะ มะยัง ติสะระณะคะมะนะปาฐัง ภะณามะ เส.)

พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ, ข้าพเจ้าถือเอาพระพุทธเจ้า เป็นสรณะ,
ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ, ข้าพเจ้าถือเอาพระธรรม เป็นสรณะ,
สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ, ข้าพเจ้าถือเอาพระสงฆ์ เป็นสรณะ,
ทุติยัมปิ พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ,
แม้ครั้งที่สอง ข้าพเจ้าถือเอาพระพุทธเจ้า เป็นสรณะ,
ทุติยัมปิ ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ,
แม้ครั้งที่สอง ข้าพเจ้าถือเอาพระธรรม เป็นสรณะ,
ทุติยัมปิ สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ,
แม้ครั้งที่สอง ข้าพเจ้าถือเอาพระสงฆ์ เป็นสรณะ,
ตะติยัมปิ พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ,
แม้ครั้งที่สาม ข้าพเจ้าถือเอาพระพุทธเจ้า เป็นสรณะ,

ตะติยัมปิ ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ,

แม้ครั้งที่สาม ข้าพเจ้าถือเอาพระธรรม เป็นสรณะ,

ตะติยัมปิ สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ.

แม้ครั้งที่สาม ข้าพเจ้าถือเอาพระสงฆ์ เป็นสรณะ.

๓. อัฏฐสิกขาปทปาฐะ

(หันทะ มะยัง อัฏฐะสิกขาปะทะปาฐัง ภะณามะ เส.)

ปาณาติปาตา เวระมะณี, เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการฆ่า,

อะทินนาทานา เวระมะณี, เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เจ้าของไม่ได้ให้แล้ว,

อะพ๎รัห๎มะจะริยา เวระมะณี, เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการกระทำอันมิใช่พรหมจรรย์,

มุสาวาทา เวระมะณี, เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการพูดไม่จริง,

สุราเมระยะมัชชะปะมาทัฏฐานา เวระมะณี,

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการเสพของเมา มีสุราและเมรัยเป็นต้น, อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท,

วิกาละโภชะนา เวระมะณี,

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการบริโภคอาหารในเวลาวิกาล,

นัจจะ คีตะ วาทิตะ วิสูกะ ทัสสะนะ มาลา คันธะ วิเลปะนะ ธาระณะ มัณฑะนะ วิภูสะนัฏฐานา เวระมะณี,

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการฟ้อนรำ, การขับเพลง การดนตรี, การดูการเล่นชนิดเป็นข้าศึกต่อกุศล, การทัดทรงสวมใส่ การประดับ การตกแต่งตน, ด้วยพวงมาลา ด้วยเครื่องกลิ่น และเครื่องผัดทา,

อุจจาสะยะนะ มะหาสะยะนา เวระมะณี.

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการนั่งนอนบนที่นอนสูง และที่นอนใหญ่.

๔. ทฺ์วัตติงสาการปาฐะ

(หันทะ มะยัง ทฺ์วัตติงสาการะปาฐัง ภะณามะ เส.)

อะยัง โข เม กาโย กายของเรานี้แล, **อุทธัง ปาทะตะลา** เบื้องบนแต่พื้นเท้าขึ้นมา, **อะโธ เกสะมัตถะกา** เบื้องต่ำแต่ปลายผมลงไป, **ตะจะปะริยันโต** มีหนังหุ้มอยู่เป็นที่สุดรอบ, **ปูโร นานัปปะการัสสะ อะสุจิโน,** เต็มไปด้วยของไม่สะอาด มีประการต่าง ๆ,

อัตถิ อิมัส๎มิง กาเย ในร่างกายนี้มี : **เกสา** ผมทั้งหลาย, **โลมา** ขนทั้งหลาย, **นะขา** เล็บทั้งหลาย, **ทันตา** ฟันทั้งหลาย, **ตะโจ** หนัง, **มังสัง** เนื้อ, **นะหารู** เอ็นทั้งหลาย, **อัฏฐี** กระดูกทั้งหลาย, **อัฏฐิมิญชัง** เยื่อในกระดูก, **วักกัง** ไต, **หะทะยัง** หัวใจ, **ยะกะนัง** ตับ, **กิโลมะกัง** พังผืด, **ปิหะกัง** ม้าม, **ปัปผาสัง** ปอด, **อันตัง** ลำไส้, **อันตะคุณัง** ลำไส้สุด, **อุทะริยัง** อาหารในกระเพาะ, **กะรีสัง** อุจจาระ, **ปิตตัง** น้ำดี, **เสม๎หัง** เสลด, **ปุพโพ** หนอง, **โลหิตัง** โลหิต, **เสโท** เหงื่อ, **เมโท** มัน, **อัสสุ** น้ำตา, **วะสา** น้ำเหลือง, **เขโฬ** น้ำลาย, **สิงฆานิกา** น้ำเมือก, **ละสิกา** น้ำลื่นหล่อข้อ, **มุตตัง** น้ำมูตร, **มัตถะเก มัตถะลุงคัง** เยื่อมันสมอง ในกะโหลกศีรษะ,

เอวะมะยัง เม กาโย กายของเรานี้อย่างนี้, **อุทธัง ปาทะตะลา** เบื้องบนแต่พื้นเท้าขึ้นมา, **อะโธ เกสะมัตถะกา** เบื้องต่ำแต่ปลายผมลงไป, **ตะจะปะริยันโต** มีหนังหุ้มอยู่เป็นที่สุดรอบ, **ปูโร นานัปปะการัสสะ อะสุจิโน.** เต็มไปด้วยของไม่สะอาด มีประการต่าง ๆ อย่างนี้แล.

๕. เขมาเขมสรณทีปิกคาถา

(หันทะ มะยัง เขมาเขมะสะระณะทีปิกะคาถาโย ภะณามะ เส.)

พะหุง เว สะระณัง ยันติ ปัพพะตานิ วะนานิ จะ,
อารามะรุกขะเจต์ยานิ มะนุสสา ภะยะตัชชิตา,

มนุษย์เป็นอันมาก เมื่อเกิดมีภัยคุกคามแล้ว, ก็ถือเอาภูเขาบ้าง ป่าไม้บ้าง, อาราม และรุกขเจดีย์บ้าง เป็นสรณะ,

เนตัง โข สะระณัง เขมัง เนตัง สะระณะมุตตะมัง,
เนตัง สะระณะมาคัมมะ สัพพะทุกขา ปะมุจจะติ,

นั่น มิใช่สรณะอันเกษมเลย, นั่น มิใช่สรณะอันสูงสุด, เขาอาศัยสรณะ นั่นแล้ว ย่อมไม่พ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้,

โย จะ พุทธัญจะ ธัมมัญจะ สังฆัญจะ สะระณัง คะโต,
จัตตาริ อะริยะสัจจานิ สัมมัปปัญญายะ ปัสสะติ,

ส่วนผู้ใดถือเอาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นสรณะแล้ว, เห็นอริยสัจจ์คือ ความจริงอันประเสริฐ ๔ ด้วยปัญญาอันชอบ,

ทุกขัง ทุกขะสะมุปปาทัง ทุกขัสสะ จะ อะติกกะมัง,
อะริยัญจัฏฐังคิกัง มัคคัง ทุกขูปะสะมะคามินัง,

คือเห็นความทุกข์, เหตุให้เกิดทุกข์, ความก้าวล่วงทุกข์เสียได้, และหนทางมีองค์ ๘ อันประเสริฐ เครื่องถึงความระงับทุกข์,

เอตัง โข สะระณัง เขมัง เอตัง สะระณะมุตตะมัง,
เอตัง สะระณะมาคัมมะ สัพพะทุกขา ปะมุจจะติ.

นั่นแหละ เป็นสรณะอันเกษม, นั่น เป็นสรณะอันสูงสุด, เขาอาศัยสรณะ นั่นแล้ว ย่อมพ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้.

๖. อริยธนคาถา

(หันทะ มะยัง อะริยะธะนะคาถาโย ภะณามะ เส.)

ยัสสะ สัทธา ตะถาคะเต อะจะลา สุปะติฏฐิตา,

ศรัทธา ในพระตถาคตของผู้ใด ตั้งมั่นอย่างดี ไม่หวั่นไหว,

สีลัญจะ ยัสสะ กัล์ยาณัง อะริยะกันตัง ปะสังสิตัง,

และศีลของผู้ใดงดงาม เป็นที่สรรเสริญที่พอใจ ของพระอริยเจ้า,

สังเฆ ปะสาโท ยัสสัตถิ อุชุภูตัญจะ ทัสสะนัง,

ความเลื่อมใสของผู้ใดมีในพระสงฆ์, และความเห็นของผู้ใดตรง,

อะทะลิทโทติ ตัง อาหุ อะโมฆันตัสสะ ชีวิตัง,

บัณฑิตกล่าวเรียกเขาผู้นั้นว่า คนไม่จน, ชีวิตของเขาไม่เป็นหมัน,

ตัส์มา[๑๐] สัทธัญจะ สีลัญจะ ปะสาทัง ธัมมะทัสสะนัง,

อะนุยุญเชถะ เมธาวี สะรัง พุทธานะสาสะนัง.

เพราะฉะนั้น เมื่อระลึกได้ ถึงคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าอยู่, ผู้มีปัญญาควรก่อสร้างศรัทธา ศีล ความเลื่อมใส และความเห็นธรรมให้เนือง ๆ.

---

[๑๐] อ่านว่า **ตัส-ส์มา** (ส์ ออกเสียงสั้นเป็นครึ่งหนึ่งของเสียง “สะ”)

๗. ติลักขณาทิคาถา

(หันทะ มะยัง ติลักขะณาทิคาถาโย ภะณามะ เส.)

สัพเพ สังขารา อะนิจจาติ ยะทา ปัญญายะ ปัสสะติ,

เมื่อใด บุคคลเห็นด้วยปัญญาว่า สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง,

อะถะ นิพพินทะติ ทุกเข เอสะ มัคโค วิสุทธิยา,

เมื่อนั้น ย่อมเหนื่อยหน่ายในสิ่งที่เป็นทุกข์ ที่ตนหลง, นั่นแหละ เป็นทางแห่งพระนิพพาน อันเป็นธรรมหมดจด,

สัพเพ สังขารา ทุกขาติ ยะทา ปัญญายะ ปัสสะติ,

เมื่อใด บุคคลเห็นด้วยปัญญาว่า สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์,

อะถะ นิพพินทะติ ทุกเข เอสะ มัคโค วิสุทธิยา,

เมื่อนั้น ย่อมเหนื่อยหน่ายในสิ่งที่เป็นทุกข์ ที่ตนหลง, นั่นแหละ เป็นทางแห่งพระนิพพาน อันเป็นธรรมหมดจด,

สัพเพ ธัมมา อะนัตตาติ ยะทา ปัญญายะ ปัสสะติ,

เมื่อใด บุคคลเห็นด้วยปัญญาว่า ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา,

อะถะ นิพพินทะติ ทุกเข เอสะ มัคโค วิสุทธิยา,

เมื่อนั้น ย่อมเหนื่อยหน่ายในสิ่งที่เป็นทุกข์ ที่ตนหลง, นั่นแหละ เป็นทางแห่งพระนิพพาน อันเป็นธรรมหมดจด,

อัปปะกา เต มะนุสเสสุ เย ชะนา ปาระคามิโน,

ในหมู่มนุษย์ทั้งหลาย, ผู้ที่ถึงฝั่งแห่งพระนิพพานมีน้อยนัก,

อะถายัง อิตะรา ปะชา ตีระเมวานุธาวะติ,

หมู่มนุษย์นอกนั้น ย่อมวิ่งเลาะอยู่ตามฝั่งในนี่เอง,

เย จะ โข สัมมะทักขาเต ธัมเม ธัมมานุวัตติโน,

ก็ชนเหล่าใดประพฤติสมควรแก่ธรรม ในธรรมที่ตรัสไว้ชอบแล้ว,

เต ชะนา ปาระเมสสันติ มัจจุเธยยัง สุทุตตะรัง,

ชนเหล่านั้นจักถึงฝั่งแห่งพระนิพพาน, ข้ามพ้นบ่วงแห่งมัจจุที่ข้ามได้ยากนัก,

กัณ์หัง[๑๑] ธัมมัง วิปปะหายะ สุกกัง ภาเวถะ ปัณฑิโต,

จงเป็นบัณฑิตละธรรมดำเสีย แล้วเจริญธรรมขาว,

โอกา อะโนกะมาคัมมะ วิเวเก ยัตถะ ทูระมัง,

ตัต์รา[๑๒] ภิระติมิจเฉยยะ หิต์วา[๑๓] กาเม อะกิญจะโน.

จงมาถึงที่ไม่มีน้ำ จากที่มีน้ำ, จงละกามเสีย, เป็นผู้ไม่มีความกังวล,

จงยินดีเฉพาะต่อพระนิพพาน อันเป็นที่สงัด ซึ่งสัตว์ยินดีได้โดยยาก.

๘. ภารสุตตคาถา

(หันทะ มะยัง ภาระสุตตะคาถาโย ภะณามะ เส.)

ภารา หะเว ปัญจักขันธา, ขันธ์ทั้งห้า เป็นของหนักเน้อ,

ภาระหาโร จะ ปุคคะโล, บุคคลแหละ เป็นผู้แบกของหนักพาไป,

ภาราทานัง ทุกขัง โลเก, การแบกถือของหนัก เป็นความทุกข์ ในโลก,

ภาระนิกเขปะนัง สุขัง, การสลัดของหนัก ทิ้งลงเสีย เป็นความสุข,

นิกขิปิต์วา คะรุง ภารัง, พระอริยเจ้า สลัดทิ้งของหนัก ลงเสียแล้ว,

อัญญัง ภารัง อะนาทิยะ, ทั้งไม่หยิบฉวยเอาของหนักอันอื่น ขึ้นมาอีก,

สะมูลัง ตัณ์หัง อัพพุย์หะ, ก็เป็นผู้ถอนตัณหาขึ้นได้ กระทั่งราก,

นิจฉาโต ปะรินิพพุโต. เป็นผู้หมดสิ่งปรารถนา ดับสนิทไม่มีส่วนเหลือ.

---

[๑๑] อ่านว่า **กัณ-ณ์หัง** (ณ์ ออกเสียงสั้นเป็นครึ่งหนึ่งของเสียง “ณะ”)

[๑๒] อ่านว่า **ตัต-ต์รา** (ต์ ออกเสียงสั้นเป็นครึ่งหนึ่งของเสียง “ตะ”)

[๑๓] อ่านว่า **หิต-ต์วา** (ต์ ออกเสียงสั้นเป็นครึ่งหนึ่งของเสียง “ตะ”)

๙. ภัทเทกรัตตคาถา

(หันทะ มะยัง ภัทเทกะรัตตะคาถาโย ภะณามะ เส.)

อะตีตัง นาน์วาคะเมยยะ　　นัปปะฏิกังเข อะนาคะตัง,

บุคคลไม่ควรตามคิดถึงสิ่งที่ล่วงไปแล้ว ด้วยอาลัย, และไม่พึงพะวงถึงสิ่งที่ยังไม่มาถึง,

ยะทะตีตัมปะหีนันตัง　　อัปปัตตัญจะ อะนาคะตัง,

สิ่งเป็นอดีตก็ละไปแล้ว, สิ่งเป็นอนาคตก็ยังไม่มา,

ปัจจุปปันนัญจะ โย ธัมมัง　　ตัตถะ ตัตถะ วิปัสสะติ,

อะสังหิรัง อะสังกุปปัง　　ตัง วิทธา มะนุพ์รูหะเย,

ผู้ใดเห็นธรรมอันเกิดขึ้นเฉพาะหน้าในที่นั้น ๆ อย่างแจ่มแจ้ง, ไม่ง่อนแง่นคลอนแคลน, เขาควรพอกพูนอาการเช่นนั้นไว้,

อัชเชวะ กิจจะมาตัปปัง　　โก ชัญญา มะระณัง สุเว,

ความเพียรเป็นกิจที่ต้องทำวันนี้, ใครจะรู้ความตาย แม้พรุ่งนี้,

นะ หิ โน สังคะรันเตนะ　　มะหาเสเนนะ มัจจุนา,

เพราะการผัดเพี้ยนต่อมัจจุราชซึ่งมีเสนามาก ย่อมไม่มีสำหรับเรา,

เอวัง วิหาริมาตาปิง　　อะโหรัตตะมะตันทิตัง,

ตัง เว ภัทเทกะรัตโตติ　　สันโต อาจิกขะเต มุนิ.

มุนีผู้สงบ ย่อมกล่าวเรียก ผู้มีความเพียรอยู่เช่นนั้น, ไม่เกียจคร้านทั้งกลางวันกลางคืน ว่า, “ผู้เป็นอยู่แม้เพียงราตรีเดียว ก็น่าชม”.

๑๐. ธัมมคารวาทิคาถา

(หันทะ มะยัง ธัมมะคาระวาทิคาถาโย ภะณามะ เส.)

เย จะ อะตีตา สัมพุทธา เย จะ พุทธา อะนาคะตา,
โย เจตะระหิ สัมพุทโธ พะหุนนัง โสกะนาสะโน,

พระพุทธเจ้าบรรดาที่ล่วงไปแล้วด้วย, ที่ยังไม่มาตรัสรู้ด้วย, และพระพุทธเจ้าผู้ขจัดโศกของมหาชนในกาลบัดนี้ ด้วย,

สัพเพ สัทธัมมะคะรุโน วิหะริงสุ วิหาติ จะ,
อะถาปิ วิหะริสสันติ เอสา พุทธานะธัมมะตา,

พระพุทธเจ้าทั้งปวงนั้น ทุกพระองค์ เคารพพระธรรม, ได้เป็นมาแล้วด้วย, กำลังเป็นอยู่ด้วย, และจักเป็นด้วย, เพราะธรรมดา ของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย เป็นเช่นนั้นเอง,

ตัส๎มา หิ อัตตะกาเมนะ มะหัตตะมะภิกังขะตา,
สัทธัมโม คะรุกาตัพโพ สะรัง พุทธานะสาสะนัง,

เพราะฉะนั้น บุคคลผู้รักตน หวังอยู่เฉพาะคุณเบื้องสูง, เมื่อระลึกได้ถึงคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าอยู่, จงทำความเคารพพระธรรม,

นะ หิ ธัมโม อะธัมโม จะ อุโภ สะมะวิปากิโน,

ธรรม และ อธรรม จะมีผลเหมือนกันทั้งสองอย่าง หามิได้,

อะธัมโม นิระยัง เนติ ธัมโม ปาเปติ สุคะติง,

อธรรม ย่อมนำไปนรก, ธรรม ย่อมนำให้ถึงสุคติ,

ธัมโม หะเว รักขะติ ธัมมะจาริง,

ธรรมแหละ ย่อมรักษา ผู้ประพฤติธรรมเป็นนิจ,

ธัมโม สุจิณโณ สุขะมาวะหาติ, ธรรมที่ประพฤติดีแล้ว ย่อมนำสุขมาให้ตน,
เอสานิสังโส ธัมเม สุจิณเณ. นี่เป็นอานิสงส์ ในธรรมที่ตนประพฤติดีแล้ว.

๑๑. โอวาทปาติโมกขคาถา

(หันทะ มะยัง โอวาทะปาติโมกขะคาถาโย ภะณามะ เส.)

สัพพะปาปัสสะ อะกะระณัง, การไม่ทำบาปทั้งปวง,
กุสะลัสสูปะสัมปะทา, การทำกุศลให้ถึงพร้อม,
สะจิตตะปะริโยทะปะนัง, การชำระจิตของตนให้ขาวรอบ,
เอตัง พุทธานะสาสะนัง,
ธรรม ๓ อย่างนี้ เป็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย,
ขันตี ปะระมัง ตะโป ตีติกขา,
ขันติ คือความอดกลั้น เป็นธรรมเครื่องเผากิเลสอย่างยิ่ง,
นิพพานัง ปะระมัง วะทันติ พุทธา,
ผู้รู้ทั้งหลาย กล่าวพระนิพพานว่าเป็นธรรมอันยิ่ง,
นะ หิ ปัพพะชิโต ปะรูปะฆาตี,
ผู้กำจัดสัตว์อื่นอยู่ ไม่ชื่อว่าเป็นบรรพชิตเลย,
สะมะโณ โหติ ปะรัง วิเหฐะยันโต,
ผู้ทำสัตว์อื่นให้ลำบากอยู่ ไม่ชื่อว่าเป็นสมณะเลย,
อะนูปะวาโท อะนูปะฆาโต, การไม่พูดร้าย, การไม่ทำร้าย,
ปาติโมกเข จะ สังวะโร, การสำรวมในปาติโมกข์,
มัตตัญญุตา จะ ภัตตัส๎มิง, ความเป็นผู้รู้ประมาณในการบริโภค,
ปันตัญจะ สะยะนาสะนัง, การนอน การนั่ง ในที่อันสงัด,
อะธิจิตเต จะ อาโยโค, ความหมั่นประกอบในการทำจิตให้ยิ่ง,
เอตัง พุทธานะสาสะนัง. ธรรม ๖ อย่างนี้ เป็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย.

๑๒. ปฐมพุทธภาสิตคาถา

(หันทะ มะยัง ปะฐะมะพุทธะภาสิตะคาถาโย ภะณามะ เส.)

อะเนกะชาติสังสารัง สันธาวิสสัง อะนิพพิสัง,

เมื่อเรายังไม่พบญาณ ได้แล่นท่องเที่ยวไปในสงสารเป็นเอนกชาติ,

คะหะการัง คะเวสันโต ทุกขา ชาติ ปุนัปปุนัง,

แสวงหาอยู่ซึ่งนายช่างปลูกเรือน, คือตัณหาผู้สร้างภพ, การเกิดทุกคราวเป็นทุกข์ร่ำไป,

คะหะการะกะ ทิฏโฐสิ ปุนะ เคหัง นะ กาหะสิ,

นี่แน่ะ นายช่างปลูกเรือน ! เรารู้จักเจ้าเสียแล้ว, เจ้าจะทำเรือนให้เราไม่ได้อีกต่อไป,

สัพพา เต ผาสุกา ภัคคา คะหะกูฏัง วิสังขะตัง,

โครงเรือนทั้งหมดของเจ้าเราหักเสียแล้ว, ยอดเรือนเราก็รื้อเสียแล้ว,

วิสังขาระคะตัง จิตตัง ตัณ์หานัง ขะยะมัชฌะคา.

จิตของเราถึงแล้วซึ่งสภาพที่อะไรปรุงแต่งไม่ได้อีกต่อไป, มันได้ถึงแล้วซึ่งความสิ้นไปแห่งตัณหา, คือถึงนิพพาน.

๑๓. ปัจฉิมพุทโธวาทปาฐะ

(หันทะ มะยัง ปัจฉิมะพุทโธวาทะปาฐัง ภะณามะ เส.)

หันทะทานิ ภิกขะเว อามันตะยามิ โว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ! บัดนี้, เราขอเตือนท่านทั้งหลายว่า,

วะยะธัมมา สังขารา,

สังขารทั้งหลาย มีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา,

อัปปะมาเทนะ สัมปาเทถะ,

ท่านทั้งหลาย, จงทำความไม่ประมาทให้ถึงพร้อมเถิด,

อะยัง ตะถาคะตัสสะ ปัจฉิมา วาจา.

นี้เป็นพระวาจามีในครั้งสุดท้าย ของพระตถาคตเจ้า.

๑๔. บทพิจารณาสังขาร

สัพเพ สังขารา อะนิจจา,

สังขารคือร่างกายจิตใจ, แลรูปธรรม นามธรรม ทั้งหมดทั้งสิ้น, มันไม่เที่ยง, เกิดขึ้นแล้วดับไป มีแล้วหายไป,

สัพเพ สังขารา ทุกขา,

สังขารคือร่างกายจิตใจ, แลรูปธรรม นามธรรม ทั้งหมดทั้งสิ้น, มันเป็นทุกข์ทนยาก, เพราะเกิดขึ้นแล้ว, แก่ เจ็บ ตายไป,

สัพเพ ธัมมา อะนัตตา,[๑๔]

สิ่งทั้งหลายทั้งปวง, ทั้งที่เป็นสังขาร แลมิใช่สังขาร ทั้งหมดทั้งสิ้น,

ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน, ไม่ควรถือว่าเรา ว่าของเรา ว่าตัวว่าตนของเรา,

อะธุวัง ชีวิตัง,	ชีวิตเป็นของไม่ยั่งยืน,
ธุวัง มะระณัง,	ความตายเป็นของยั่งยืน,
อะวัสสัง มะยา มะริตัพพัง,	อันเราจะพึงตายเป็นแท้,
มะระณะปะริโยสานัง เม ชีวิตัง,	ชีวิตของเรา มีความตาย เป็นที่สุดรอบ,
ชีวิตัง เม อะนิยะตัง,	ชีวิตของเรา เป็นของไม่เที่ยง,
มะระณัง เม นิยะตัง.	ความตายของเรา เป็นของเที่ยง.
วะตะ,	ควรที่จะสังเวช,
อะยัง กาโย,	ร่างกายนี้,
อะจิรัง,	มิได้ตั้งอยู่นาน,
อะเปตะวิญญาโณ,	ครั้นปราศจากวิญญาณ,
ฉุฑโฑ,	อันเขาทิ้งเสียแล้ว,
อะธิเสสสะติ,	จักนอนทับ,
ปะฐะวิง,	ซึ่งแผ่นดิน,
กะลิงคะรัง อิวะ,	ประดุจดังว่าท่อนไม้และท่อนฟืน,
นิรัตถัง.	หาประโยชน์มิได้.

---

[๑๔] หมายเหตุ - บทพิจารณาสังขารนี้เป็นของเก่า แต่ได้แก้ไขคำแปลของบทที่ว่า **สัพเพ ธัมมา อะนัตตา** ซึ่งยังผิดพลาดอยู่ โดยที่แปลคำว่า **ธัมมา** เท่ากับ **สังขาร** ซึ่งผิดหลักธรรมและเป็นไปไม่ได้ จึงได้แก้ไขเสียใหม่ตามที่ปรากฏอยู่นั้น

๑๕. ผู้ชี้ขุมทรัพย์ !

นะ เต อะหัง อานันทะ ตะถา ปะรักกะมิสสามิ,

อานนท์ ! เราไม่พยายามทำกะพวกเธออย่างทะนุถนอม,

ยะถา กุมภะกาโร อามะเก อามะกะมัตเต,

เหมือนพวกช่างหม้อ ทำแก่หม้อที่ยังเปียกยังดิบอยู่,

นิคคัย์หะนิคคัย์หาหัง อานันทะ วักขามิ,

อานนท์ ! เราจักขนาบแล้วขนาบอีกไม่มีหยุด,

ปะวัย์หะปะวัย์หาหัง อานันทะ วักขามิ,

อานนท์ ! เราจักชี้โทษแล้วชี้โทษอีกไม่มีหยุด,

โย สาโร โส ฐัสสะติ,

ผู้ใดมีมรรคผลเป็นแก่นสาร ผู้นั้นจักทนอยู่ได้,

นิธีนังวะ ปะวัตตารัง ยัง ปัสเส วัชชะทัสสินัง, นิคคัย์หะวาทิง เมธาวิง ตาทิสัง ปัญฑิตัง ภะเช,

คนเรา ควรมองผู้มีปัญญาใด ๆ ที่คอยชี้โทษ คอยกล่าวคำขนาบอยู่เสมอไป ว่าคนนั้นแหละ คือผู้ชี้ขุมทรัพย์ละ, ควรคบบัณฑิตที่เป็นเช่นนั้น,

ตาทิสัง ภะชะมานัสสะ เสยโย โหติ นะ ปาปิโย.

เมื่อคบหากับบัณฑิตชนิดนั้นอยู่ ย่อมมีแต่ดีท่าเดียว ไม่มีเลวเลย.

๑๖. ผู้ชี้ชวนวิงวอน

ยัง ภิกขะเว สัตถารา กะระณียัง สาวะกานัง, หิเตสินา อะนุกัมปะเกนะ อะนุกัมปัง อุปาทายะ กะตัง โว ตัง มะยา,

ภิกษุทั้งหลาย ! กิจอันใด ที่ศาสดาผู้เอ็นดู แสวงหาประโยชน์เกื้อกูล อาศัยความเอ็นดูแล้ว จะพึงทำแก่สาวกทั้งหลาย, กิจอันนั้น เราได้ทำแล้วแก่พวกเธอทั้งหลาย,

เอตานิ ภิกขะเว รุกขะมูลานิ เอตานิ สุญญาคารานิ,

ภิกษุทั้งหลาย ! นั่นโคนไม้ทั้งหลาย, นั่นเรือนว่างทั้งหลาย,

ฌายะถะ ภิกขะเว มา ปะมาทัตถะ,

ภิกษุทั้งหลาย ! พวกเธอทั้งหลาย จงเพียรเผากิเลส อย่าได้ประมาท,

มา ปัจฉา วิปปะฏิสาริโน อะหุวัตถะ,

พวกเธอทั้งหลาย อย่าได้เป็นผู้ที่ต้องร้อนใจในภายหลังเลย,

อะยัง โว อัม๎หากัง[๑๕] อะนุสาสะนีติ.

นี้แล เป็นวาจาเครื่องพร่ำสอนพวกเธอทั้งหลาย ของเรา.

๑๗. ตถาคตเป็นแต่เพียงผู้บอก

ตุม๎เหหิ[๑๖] กิจจัง อาตัปปัง อักขาตาโร ตะถาคะตา,
ปะฏิปันนา ปะโมกขันติ ฌายิโน มาระพันธะนา.

ท่านทั้งหลาย ต้องทำความเพียรด้วยตนเอง ตถาคตเป็นแต่เพียงผู้บอก ผู้มีปรกติเพ่งพินิจ จักพ้นจากบ่วงแห่งมาร.

---

[๑๕] อ่านว่า **อัม-ม์หา-กัง** (ม์ ออกเสียงสั้นเป็นครึ่งหนึ่งของเสียง “มะ”)

[๑๖] อ่านว่า **ตุม-ม์เห-หิ** (ม์ ออกเสียงสั้นเป็นครึ่งหนึ่งของเสียง “มะ”)

๑๘. ธรรมทั้งหลายอยู่ที่ใจ

มะโนปุพพังคะมา ธัมมา มะโนเสฏฐา มะโนมะยา,

ธรรมทั้งหลาย มีใจเป็นหัวหน้า มีใจประเสริฐสุด สำเร็จแล้วที่ใจ,

มะนะสา เจ ปะทุฏเฐนะ ภาสะติ วา กะโรติ วา,

ถ้าคนมีใจชั่วแล้ว พูดอยู่ก็ตาม ทำอยู่ก็ตาม,

ตะโต นัง ทุกขะมะนะเวติ จักกังวะ วะหะโต ปะทันติ.

ความทุกข์ย่อมติดตามคนเหล่านั้น เหมือนล้อเกวียนหมุนตามรอยเท้าโคฉันนั้น.

๑๙. เห็นพระพุทธเจ้าคือเห็นปฏิจจสมุปบาท

โย ธัมมัง ปัสสะติ โส มัง ปัสสะติ,

ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นชื่อว่าเห็นเราตถาคต,

โย มัง ปัสสะติ โส ธัมมัง ปัสสะติ,

ผู้ใดเห็นเราตถาคต ผู้นั้นชื่อว่าเห็นธรรม,

โย ธัมมัง ปัสสะติ โส ปะฏิจจะสะมุปปาทัง ปัสสะติ,

ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นชื่อว่าเห็นปฏิจจสมุปบาท,

โย ปะฏิจจะสะมุปปาทัง ปัสสะติ โส ธัมมัง ปัสสะติ.

ผู้ใดเห็นปฏิจจสมุปบาท ผู้นั้นชื่อว่าเห็นธรรม.

๒๐. ธัมมุทเทส ๔

อุปะนียะติ โลโก,	โลกคือหมู่สัตว์อันชราต้อนไปอยู่,
อัทธุโว,	ไม่มีความยั่งยืน,
อะตาโณ โลโก,	ไร้ผู้ต่อต้าน,
อะนะภิสสะโร,	ไม่มีใครเป็นผู้ยิ่งใหญ่,
อัสสะโก โลโก,	ไม่มีอะไรเป็นของ ๆ ตน,
สัพพัง ปะหายะ คะมะนียัง,	จำต้องละทิ้งสิ่งทั้งปวงแล้วต้องไป,
อูโน โลโก,	โลกคือจิตนี้พร่องอยู่เป็นนิจ,
อะติตโต,	ไม่รู้จักอิ่มไม่รู้จักเบื่อ,
ตัณ์หาทาโส,	จึงต้องตกเป็นทาสของตัณหา,
อิติ.	ด้วยประการฉะนี้แล.

๒๑. ตายนคาถา

(หันทะ มะยัง ตายะนะคาถาโย ภะณามะ เส.)

ฉินทะ โสตัง ปะรักกัมมะ กาเม ปะนูทะ พ์ราห์มะณะ,

ท่านจงพยายามตัดตัณหาเพียงดั่งกระแสน้ำเสีย จงถ่ายถอนกามทั้งหลายเสียเถิดนะพราหมณ์,

นัปปะหายะ มุนิ กาเม เนกัตตะมุปะปัชชะติ,

เพราะพระมุนีไม่ละกามทั้งหลายแล้ว จะเข้าถึงความเป็นผู้เดียวไม่ได้,

กะยิรา เจ กะยิราเถนัง ทัฬ์หะเมนัง[๑๗] ปะรักกะเม,

ถ้าจะทำก็พึงทำกิจนั้นเถิด แต่พึงบากบั่นทำกิจนั้นให้จริง,

---

[๑๗] อ่านว่า **ทัฬ-ฬ์หะ-เม-นัง** (ฬ์ ออกเสียงสั้นเป็นครึ่งหนึ่งของเสียง “ฬะ”)

สิถิโล หิ ปะริพพาโช ภิยโย อากิระเต ระชัง,

เพราะสมณธรรมที่ประพฤติย่อหย่อน ยิ่งโปรยโทษดุจธุลี,

อะกะตัง ทุกกะฏัง เสยโย ปัจฉา ตัปปะติ ทุกกะฏัง,

ความชั่วไม่ทำเสียเลยดีกว่า เพราะทำแล้วย่อมเดือดร้อนในภายหลัง,

กะตัญจะ สุกะตัง เสยโย ยัง กัต๎วา นานุตัปปะติ,

ทำความดีนั้นแหละดีกว่า เพราะทำแล้วย่อมไม่เดือดร้อนในภายหลัง,

กุโส ยะถา ทุคคะหิโต หัตถะเมวานุกันตะติ,

หญ้าคาที่บุคคลจับไม่ดี ย่อมบาดมือตนเองฉันใด,

สามัญญัง ทุปปะรามัฏฐัง นิระยายูปะกัฑฒะติ,

ความเป็นสมณะอันบรรพชิตรักษาไม่ดี ย่อมฉุดไปนรกฉันนั้น,

ยังกิญจิ สิถิลัง กัมมัง สังกิลิฏฐัญจะ ยัง วะตัง,

สังกัสสะรัง พ๎รัห๎มะจะริยัง นะ ตัง โหติ มะหัปผะลันติ.

การงานอันใดอันหนึ่งที่ย่อหย่อนด้วย, ความประพฤติอันใดที่เศร้าหมองแล้วด้วย, และพรหมจรรย์อันใดที่ตนระลึกด้วยความรังเกียจด้วย, กิจสามอย่างนั้น ย่อมเป็นของไม่มีผลมาก ดังนี้.

๒๒. สีลุทเทสปาฐะ

(หันทะ มะยัง สีลุทเทสะปาฐัง ภะณามะ เส.)

ภาสิตะมิทัง เตนะ ภะคะวะตา ชานะตา ปัสสะตา อะระหะตา สัมมาสัมพุทเธนะ,

พระผู้มีพระภาคเจ้า ผู้รู้ผู้เห็น ผู้เป็นพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์นั้น, ได้ทรงภาษิตไว้ดังนี้ว่า,

สัมปันนะสีลา ภิกขะเว วิหะระถะ สัมปันนะปาติโมกขา,

ภิกษุทั้งหลาย ! ท่านทั้งหลาย จงเป็นผู้ถึงพร้อมด้วยศีล, มีปาติโมกข์ถึงพร้อมแล้วอยู่เถิด,

ปาติโมกขะสังวะระสังวุตา วิหะระถะ อาจาระโคจะระสัมปันนา,

ท่านทั้งหลาย จงเป็นผู้สำรวมแล้ว ด้วยความสำรวมในพระปาติโมกข์, มีอาจาระคือมารยาท และโคจรคือที่เที่ยวไป ถึงพร้อมแล้วอยู่เถิด,

อะณุมัตเตสุ วัชเชสุ ภะยะทัสสาวี สะมาทายะ สิกขะถะ สิกขาปะเทสูติ,

ท่านทั้งหลาย จงเป็นผู้มีปรกติเห็นภัยในโทษทั้งหลาย, มาตรว่าเล็กน้อย สมาทานศึกษาในสิกขาบททั้งหลายเถิด,

ตัส์มาติหัม์เหหิ สิกขิตัพพัง,

เพราะฉะนั้น อันเราทั้งหลาย ควรสำเหนียกดังนี้ว่า,

สัมปันนะสีลา วิหะริสสามะ สัมปันนะปาติโมกขา,

เราทั้งหลาย จักเป็นผู้ถึงพร้อมด้วยศีลอยู่, มีปาติโมกข์ถึงพร้อมแล้วอยู่,

ปาติโมกขะสังวะระสังวุตา วิหะริสสามะ อาจาระโคจะระสัมปันนา,

เราทั้งหลาย จักเป็นผู้สำรวมแล้ว ด้วยความสำรวมในพระปาติโมกข์, มีอาจาระคือมารยาท และโคจรคือที่เที่ยวไป ถึงพร้อมแล้วอยู่,

อะณุมัตเตสุ วัชเชสุ ภะยะทัสสาวี สะมาทายะ สิกขิสสามะ สิกขาปะเทสูติ,

เราทั้งหลาย จักเป็นผู้มีปรกติเห็นภัยในโทษทั้งหลาย, มาตรว่าเล็กน้อย สมาทานศึกษาในสิกขาบททั้งหลาย ดังนี้,

เอวัญหิ โน สิกขิตัพพัง.

อันเราทั้งหลาย ควรสำเหนียกอย่างนี้แล.

๒๓. สังวราสังวรคาถา

(หันทะ มะยัง สังวะราสังวะระคาถาโย ภะณามะ เส.)

สุภานุปัสสิง วิหะรันตัง อินท์ริเยสุ[๑๘] อะสังวุตัง, โภชะนัมหิ อะมัตตัญญุง กุสีตัง หีนะวีริยัง ตัง เว ปะสะหะติ มาโร,

มารย่อมรังควาน คนที่ตามเห็นอารมณ์ว่างาม ไม่สำรวมแล้วในอินทรีย์ทั้งหลาย, ไม่รู้ประมาณในการบริโภค เกียจคร้านแล้ว มีความเพียรอันเลวนั้นแล,

วาโต รุกขังวะ ทุพพะลัง,

เหมือนลมรังควานต้นไม้ที่ทุพพลภาพได้ฉันนั้น,

อะสุภานุปัสสิง วิหะรันตัง อินท์ริเยสุ สุสังวุตัง, โภชะนัมหิ จะ มัตตัญญุง สัทธัง อารัทธะวีริยัง ตัง เว นัปปะสะหะติ มาโร,

มารย่อมไม่รังควาน คนที่ตามเห็นอารมณ์ว่าไม่งาม สำรวมดีแล้วในอินทรีย์ทั้งหลาย, รู้จักประมาณในการบริโภค มีศรัทธาและความเพียรอันปรารภแล้วนั่นแล,

สาธุ สัพพัตถะ สังวะโร,

ความสำรวมในทวาร, ตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ, เป็นคุณเครื่องให้สำเร็จประโยชน์,

สัพพัตถะ สังวุโต ภิกขุ สัพพะทุกขา ปะมุจจะตีติ.

ภิกษุผู้สำรวมดีแล้วในทวารทั้งหลาย ย่อมพ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้ ดังนี้แล.

---

[๑๘] อ่านว่า **อิน-ท์ริ-เย-สุ** ให้ออกเสียงควบกล้ำว่า **ท์ริ** (ไม่ออกเสียงว่า อิน-ซี เหมือนอย่างในภาษาไทย)

๒๔. พุทธอุทานคาถา

(หันทะ มะยัง พุทธะอุทานะคาถาโย ภะณามะ เส.)

ยะทา หะเว ปาตุภะวันติ ธัมมา, อาตาปิโน ฌายะโต พ๎ราห๎มะณัสสะ,

เมื่อใด ธรรมทั้งหลายปรากฏแก่พราหมณ์, ผู้มีสติปัญญาเพียรเพ่งอยู่,

อะถัสสะ กังขา วะปะยันติ สัพพา,

เมื่อนั้น ความสงสัยทั้งปวงของพราหมณ์นั้นย่อมสิ้นไป,

ยะโต ปะชานาติ สะเหตุธัมมัง,

เพราะรู้แจ้งชัดว่า ธรรมทั้งหลายเกิดแต่เหตุ,

ยะทา หะเว ปาตุภะวันติ ธัมมา, อาตาปิโน ฌายะโต พ๎ราห๎มะณัสสะ,

เมื่อใด ธรรมทั้งหลายปรากฏแก่พราหมณ์, ผู้มีสติปัญญาเพียรเพ่งอยู่,

อะถัสสะ กังขา วะปะยันติ สัพพา,

เมื่อนั้น ความสงสัยทั้งปวงของพราหมณ์นั้นย่อมสิ้นไป,

ยะโต ขะยัง ปัจจะยานัง อะเวทิ,

เพราะได้รู้ความสิ้นไปแห่งปัจจัยทั้งหลาย,

ยะทา หะเว ปาตุภะวันติ ธัมมา, อาตาปิโน ฌายะโต พ๎ราห๎มะณัสสะ,

เมื่อใด ธรรมทั้งหลายปรากฏแก่พราหมณ์, ผู้มีสติปัญญาเพียรเพ่งอยู่,

วิธูปะยัง ติฏฐะติ มาระเสนัง,

พราหมณ์นั้น, ย่อมกำจัดมารและเสนามาร ดำรงอยู่ได้,

สุริโยวะ โอภาสะยะมันตะลิกขันติ.

ดุจอาทิตย์กำจัดความมืด, ส่องสว่างอยู่ฉันนั้น.

๒๕. ปรมกัล์ยาณมิตตคาถา

(หันทะ มะยัง ปะระมะกัล์ยาณะมิตตะคาถาโย ภะณามะ เส.)

อานันโท ภะคะวันตัง เอตะทะโวจะ,

พระอานนท์ได้กล่าวคำนี้กับพระผู้มีพระภาคเจ้าว่า,

อุปัฑฒะมิทัง ภันเต พ๎รัห๎มะจะริยัสสะ ยะทิทัง กัล์ยาณะมิตตะตา, กัล์ยาณะสะหายะตา, กัล์ยาณะสัมปะวังกะตาติ,

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ, ความเป็นผู้มีมิตรดี มีสหายดี มีเพื่อนผู้แวดล้อมดี, นี้เป็นครึ่งหนึ่งของพรหมจรรย์,

มา เหวัง อานันทะ อะวะจะ,

ดูก่อนอานนท์, เธออย่ากล่าวอย่างนั้น,

สะกะละเมวะ หิทัง อานันทะ พ๎รัห๎มะจะริยัง ยะทิทัง กัล์ยาณะมิตตะตา, กัล์ยาณะสะหายะตา, กัล์ยาณะสัมปะวังกะตาติ,

ดูก่อนอานนท์, ความเป็นผู้มีมิตรดี มีสหายดี มีเพื่อนผู้แวดล้อมดี, นี้เป็นทั้งหมดของพรหมจรรย์ทีเดียว,

เอวัง โข อานันทะ ภิกขุ กัล์ยาณะมิตโต, กัล์ยาณะสะหาโย, กัล์ยาณะ-สัมปะวังโก, อะริยัง อัฏฐังคิกัง มัคคัง ภาเวติ,

ดูก่อนอานนท์, ภิกษุ (พุทธบริษัท ๔) ผู้มีมิตรดี มีสหายดี มีเพื่อนผู้แวดล้อมดี, ย่อมเจริญอริยมรรคมีองค์ ๘ ให้มากได้อย่างนี้แล,

มะมัญหิ อานันทะ กัล์ยาณะมิตตัง อาคัมมะ,

ดูก่อนอานนท์, สัตว์ทั้งหลายเหล่าใด, ได้อาศัยเรา (คือพระพุทธเจ้า) เป็นกัลยาณมิตรแล้ว,

ชาติธัมมา สัตตา ชาติยา ปะริมุจจันติ,

สัตว์ทั้งหลายเหล่านั้น, ผู้มีความเกิดเป็นธรรมดา, ย่อมหลุดพ้นจาก
ความเกิดได้,

ชะราธัมมา สัตตา ชะรายะ ปะริมุจจันติ,

สัตว์ทั้งหลาย ผู้มีความแก่เป็นธรรมดา, ย่อมหลุดพ้นจากความแก่ได้,

มะระณะธัมมา สัตตา มะระเณนะ ปะริมุจจันติ,

สัตว์ทั้งหลาย ผู้มีความตายเป็นธรรมดา, ย่อมหลุดพ้นจากความตายได้,

โสกะปะริเทวะทุกขะโทมะนัสสุปายาสะธัมมา สัตตา,

สัตว์ทั้งหลาย ผู้มีความโศก ความร่ำไรรำพัน ความไม่สบายกาย
ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจเป็นธรรมดา,

โสกะปะริเทวะทุกขะโทมะนัสสุปายาเสหิ ปะริมุจจันตีติ.

ย่อมหลุดพ้นจากความโศก ความร่ำไรรำพัน ความไม่สบายกาย
ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจได้ ดังนี้.

๒๖. เทวทูตสุตตปาฐะ

(หันทะ มะยัง เทวะทูตะสุตตะปาฐัง ภะณามะ เส.)

โจทิตา เทวะทูเตหิ เย ปะมัชชันติ มาณะวา
เต ทีฆะรัตตัง โสจันติ หีนะกายูปะคา นะรา,

บุคคลเหล่าใด ถูกเทวทูตทั้งหลายตักเตือนแล้ว ยังประมาทอยู่, บุคคลเหล่านั้น จะเข้าถึงกำเนิดชั้นเลว เกิดในนรกประสบทุกข์โศกอยู่สิ้นกาลนาน,

เย จะ โข เทวะทูเตหิ สันโต สัปปุริสา อิธะ
โจทิตา นัปปะมัชชันติ อะริยะธัมเม กุทาจะนัง,

ส่วนบุคคลใด เป็นสัตบุรุษ ผู้สงบ ถูกเทวทูตทั้งหลายตักเตือนแล้ว, ย่อมไม่ประมาทในอริยธรรม กำหนดรู้อยู่เป็นนิจ,

อุปาทาเน ภะยัง ทิส๎วา ชาติมะระณะสัมภะเว
อะนุปาทา วิมุจจันติ ชาติมะระณะสังขะเย,

บุคคลเหล่าใด เห็นภัยในความยึดมั่นถือมั่น, อันเป็นปัจจัยก่อให้เกิดชาติ ชรา มรณะ, บุคคลเหล่านั้น ย่อมหลุดพ้นจากอุปาทาน, เพราะความพยายามกระทำให้สิ้นซึ่งชาติ ชรา มรณะนั้น,

เต เขมัปปัตตา สุขิโน ทิฏฐะธัมมาภินิพพุตา
สัพพะเวระภะยาตีตา สัพพะทุกขัง อุปัจจะคุนติ.

บุคคลเหล่านั้นชื่อว่า, “เป็นผู้มีความเกษมสุข เป็นผู้บรรลุพระนิพพานในปัจจุบันชาตินี้, เป็นผู้ไม่มีเวรไม่มีภัย เป็นผู้ล่วงพ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้” ดังนี้แล.



“ การเจริญสติ
เกิดพลังงานแห่งธรรมทั้งหลาย
เมื่อมีสติ
ก็ทำความดี ละความชั่ว จิตใจก็บริสุทธิ์ ”

หลวงพ่อคำเขียน สุวณฺโณ



“ คิดสิ่งใดประกอบไปด้วยเมตตา

ทำสิ่งใดประกอบไปด้วยเมตตา

พูดสิ่งใดประกอบไปด้วยเมตตา

อย่าคิดเป็นอกุศล อย่าทำเป็นอกุศล อย่าพูดเป็นอกุศล

ปรับอินทรีย์เพื่อรองรับสัจธรรม ”

หลวงพ่อคำเขียน สุวณฺโณ

ภาค ๓ บทพิจารณาประจำวัน

๑. ตังขณิกปัจจเวกขณปาฐะ

(หันทะ มะยัง ตังขะณิกะปัจจะเวกขะณะปาฐัง ภะณามะ เส.)

(ขณะใช้สอยเครื่องนุ่งห่ม)

ปะฏิสังขา โยนิโส จีวะรัง ปะฏิเสวามิ,

เราย่อมพิจารณาโดยแยบคายแล้วนุ่งห่มจีวร,

ยาวะเทวะ สีตัสสะ ปะฏิฆาตายะ, เพียงเพื่อบำบัดความหนาว,

อุณ์หัสสะ ปะฏิฆาตายะ, เพื่อบำบัดความร้อน,

ฑังสะมะกะสะวาตาตะปะสิริงสะปะสัมผัสสานัง ปะฏิฆาตายะ,

เพื่อบำบัดสัมผัสอันเกิดจากเหลือบ ยุง ลม แดด และสัตว์เลื้อยคลานทั้งหลาย,

ยาวะเทวะ หิริโกปินะปะฏิจฉาทะนัตถัง.

และเพียงเพื่อปกปิดอวัยวะ อันให้เกิดความละอาย.

(ขณะบริโภคอาหาร)

ปะฏิสังขา โยนิโส ปิณฑะปาตัง ปะฏิเสวามิ,

เราย่อมพิจารณาโดยแยบคายแล้วฉันบิณฑบาต,

เนวะ ทะวายะ, ไม่ให้เป็นไปเพื่อความเพลิดเพลินสนุกสนาน,

นะ มะทายะ, ไม่ให้เป็นไปเพื่อความเมามัน เกิดกำลังพลังทางกาย,

นะ มัณฑะนายะ, ไม่ให้เป็นไปเพื่อประดับ,

นะ วิภูสะนายะ, ไม่ให้เป็นไปเพื่อตกแต่ง,

ยาวะเทวะ อิมัสสะ กายัสสะ ฐิติยา,

แต่ให้เป็นไปเพียงเพื่อความตั้งอยู่ได้แห่งกายนี้,

ยาปะนายะ, เพื่อความเป็นไปได้ของอัตภาพ,

วิหิงสุปะระติยา, เพื่อความสิ้นไปแห่งความลำบากทางกาย,

พ์รัห์มะจะริยานุคคะหายะ, เพื่ออนุเคราะห์แก่การประพฤติพรหมจรรย์,

อิติ ปุราณัญจะ เวทะนัง ปะฏิหังขามิ,

ด้วยการทำอย่างนี้, เราย่อมระงับเสียได้ซึ่งทุกขเวทนาเก่า คือความหิว,

นะวัญจะ เวทะนัง นะ อุปปาเทสสามิ,

และไม่ทำทุกขเวทนาใหม่ให้เกิดขึ้น,

ยาต์รา จะ เม ภะวิสสะติ, อะนะวัชชะตา จะ ผาสุวิหาโร จาติ.

อนึ่ง, ความเป็นไปโดยสะดวกแห่งอัตภาพนี้ด้วย, ความเป็นผู้หาโทษมิได้ด้วย, และความเป็นอยู่โดยผาสุกด้วย, จักมีแก่เรา, ดังนี้.

(ขณะใช้สอยที่อยู่อาศัย)

ปะฏิสังขา โยนิโส เสนาสะนัง ปะฏิเสวามิ,

เราย่อมพิจารณาโดยแยบคายแล้วใช้สอยเสนาสนะ,

ยาวะเทวะ สีตัสสะ ปะฏิฆาตายะ, เพียงเพื่อบำบัดความหนาว,

อุณ์หัสสะ ปะฏิฆาตายะ, เพื่อบำบัดความร้อน,

ฑังสะมะกะสะวาตาตะปะสิริงสะปะสัมผัสสานัง ปะฏิฆาตายะ,

เพื่อบำบัดสัมผัสอันเกิดจากเหลือบ ยุง ลม แดด และสัตว์เลื้อยคลานทั้งหลาย,

ยาวะเทวะ อุตุปะริสสะยะวิโนทะนัง ปะฏิสัลลานารามัตถัง.

เพียงเพื่อบรรเทาอันตรายอันจะพึงมีจากดินฟ้าอากาศ, และเพื่อความเป็นผู้ยินดีอยู่ได้ ในที่หลีกเร้นสำหรับภาวนา.

(ขณะบริโภคยารักษาโรค)

ปะฏิสังขา โยนิโส คิลานะปัจจะยะเภสัชชะปะริกขารัง ปะฏิเสวามิ,

เราย่อมพิจารณาโดยแยบคายแล้วบริโภคเภสัชบริขารอันเกื้อกูลแก่คนไข้,

ยาวะเทวะ อุปปันนานัง เวยยาพาธิกานัง เวทะนานัง ปะฏิฆาตายะ,

เพียงเพื่อบำบัดทุกขเวทนาอันบังเกิดขึ้นแล้ว มีอาพาธต่าง ๆ เป็นมูล,

อัพ์ยาปัชฌะปะระมะตายาติ.

เพื่อความเป็นผู้ไม่มีโรคเบียดเบียนเป็นอย่างยิ่ง, ดังนี้.

๒. อตีตปัจจเวกขณปาฐะ

(หันทะ มะยัง อะตีตะปัจจะเวกขะณะปาฐัง ภะณามะ เส.)

(ภายหลังการใช้สอยเครื่องนุ่งห่ม)

อัชชะ มะยา อะปัจจะเวกขิต์วา ยัง จีวะรัง ปะริภุตตัง,

จีวรใด อันเรานุ่งห่มแล้ว ไม่ทันพิจารณาในวันนี้,

ตัง ยาวะเทวะ สีตัสสะ ปะฏิฆาตายะ,

จีวรนั้น เรานุ่งห่มแล้ว เพียงเพื่อบำบัดความหนาว,

อุณ์หัสสะ ปะฏิฆาตายะ, เพื่อบำบัดความร้อน,

ฑังสะมะกะสะวาตาตะปะสิริงสะปะสัมผัสสานัง ปะฏิฆาตายะ,

เพื่อบำบัดสัมผัสอันเกิดจากเหลือบ ยุง ลม แดด และสัตว์เลื้อยคลานทั้งหลาย,

ยาวะเทวะ หิริโกปินะปะฏิจฉาทะนัตถัง.

และเพียงเพื่อปกปิดอวัยวะ อันให้เกิดความละอาย.

(ภายหลังบริโภคอาหาร)

อัชชะ มะยา อะปัจจะเวกขิต์วา โย ปิณฑะปาโต ปะริภุตโต,

บิณฑบาตใด อันเราฉันแล้ว ไม่ทันพิจารณาในวันนี้,

โส เนวะ ทะวายะ,

บิณฑบาตนั้น เราฉันแล้ว ไม่ใช่เป็นไปเพื่อความเพลิดเพลินสนุกสนาน,

นะ มะทายะ, ไม่ใช่เป็นไปเพื่อความเมามัน เกิดกำลังพลังทางกาย,

นะ มัณฑะนายะ, ไม่ใช่เป็นไปเพื่อประดับ,

นะ วิภูสะนายะ, ไม่ใช่เป็นไปเพื่อตกแต่ง,

ยาวะเทวะ อิมัสสะ กายัสสะ ฐิติยา,

แต่ให้เป็นไปเพียงเพื่อความตั้งอยู่ได้แห่งกายนี้,

ยาปะนายะ, เพื่อความเป็นไปได้ของอัตภาพ,

วิหิงสุปะระติยา, เพื่อความสิ้นไปแห่งความลำบากทางกาย,

พ์รัห์มะจะริยานุคคะหายะ, เพื่ออนุเคราะห์แก่การประพฤติพรหมจรรย์,

อิติ ปุราณัญจะ เวทะนัง ปะฏิหังขามิ,

ด้วยการทำอย่างนี้, เราย่อมระงับเสียได้ซึ่งทุกขเวทนาเก่า คือความหิว,

นะวัญจะ เวทะนัง นะ อุปปาเทสสามิ,

และไม่ทำทุกขเวทนาใหม่ให้เกิดขึ้น,

ยาต์รา จะ เม ภะวิสสะติ, อะนะวัชชะตา จะ ผาสุวิหาโร จาติ.

อนึ่ง, ความเป็นไปโดยสะดวกแห่งอัตภาพนี้ด้วย, ความเป็นผู้หาโทษมิได้ด้วย, และความเป็นอยู่โดยผาสุกด้วย, จักมีแก่เรา, ดังนี้.

(ภายหลังการใช้สอยที่อยู่อาศัย)

อัชชะ มะยา อะปัจจะเวกขิต์วา ยัง เสนาสะนัง ปะริภุตตัง,

เสนาสนะใด อันเราใช้สอยแล้ว ไม่ทันพิจารณาในวันนี้,

ตัง ยาวะเทวะ สีตัสสะ ปะฏิฆาตายะ,

เสนาสนะนั้น เราใช้สอยแล้ว เพียงเพื่อบำบัดความหนาว,

อุณ์หัสสะ ปะฏิฆาตายะ, เพื่อบำบัดความร้อน,

ฑังสะมะกะสะวาตาตะปะสิริงสะปะสัมผัสสานัง ปะฏิฆาตายะ,

เพื่อบำบัดสัมผัสอันเกิดจากเหลือบ ยุง ลม แดด และสัตว์เลื้อยคลานทั้งหลาย,

ยาวะเทวะ อุตุปะริสสะยะวิโนทะนัง ปะฏิสัลลานารามัตถัง.

เพียงเพื่อบรรเทาอันตรายอันจะพึงมีจากดินฟ้าอากาศ, และเพื่อความเป็นผู้ยินดีอยู่ได้ ในที่หลีกเร้นสำหรับภาวนา.

(ภายหลังบริโภคยารักษาโรค)

อัชชะ มะยา อะปัจจะเวกขิต์วา โย คิลานะปัจจะยะเภสัชชะปะริกขาโร ปะริภุตโต,

คิลานเภสัชบริขารใด อันเราบริโภคแล้ว ไม่ทันพิจารณาในวันนี้,

โส ยาวะเทวะ อุปปันนานัง เวยยาพาธิกานัง เวทะนานัง ปะฏิฆาตายะ,

คิลานเภสัชบริขารนั้น เราบริโภคแล้ว เพียงเพื่อบำบัดทุกขเวทนาอันบังเกิดขึ้นแล้ว มีอาพาธต่าง ๆ เป็นมูล,

อัพ์ยาปัชฌะปะระมะตายาติ.

เพื่อความเป็นผู้ไม่มีโรคเบียดเบียนเป็นอย่างยิ่ง, ดังนี้.

๓. ธาตุปัจจเวกขณปาฐะ

(หันทะ มะยัง ธาตุปัจจะเวกขะณะปาฐัง ภะณามะ เส.)

(บทพิจารณาเครื่องนุ่งห่ม)

ยะถาปัจจะยัง ปะวัตตะมานัง ธาตุมัตตะเมเวตัง,

สิ่งเหล่านี้นี่ เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติเท่านั้น, กำลังเป็นไปตามเหตุตามปัจจัยอยู่เนืองนิจ,

ยะทิทัง จีวะรัง, ตะทุปะภุญชะโก จะ ปุคคะโล,

สิ่งเหล่านี้ คือจีวร, และบุคคลผู้ใช้สอยจีวรนั้น,

ธาตุมัตตะโก, เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติ,

นิสสัตโต, มิได้เป็นสัตวะอันยั่งยืน,

นิชชีโว, มิได้เป็นชีวะอันเป็นบุรุษบุคคล,

สุญโญ, ว่างเปล่าจากความหมายแห่งความเป็นตัวตน,

สัพพานิ ปะนะ อิมานิ จีวะรานิ อะชิคุจฉะนียานิ,

ก็จีวรทั้งหมดนี้ ไม่เป็นของน่าเกลียดมาแต่เดิม,

อิมัง ปูติกายัง ปัต์วา,

ครั้นมาถูกเข้ากับกาย อันเน่าอยู่เป็นนิจนี้แล้ว,

อะติวิยะ ชิคุจฉะนียานิ ชายันติ.

ย่อมกลายเป็นของน่าเกลียดอย่างยิ่งไปด้วยกัน.

(บทพิจารณาอาหาร)

ยะถาปัจจะยัง ปะวัตตะมานัง ธาตุมัตตะเมเวตัง,

สิ่งเหล่านี้นี่ เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติเท่านั้น, กำลังเป็นไปตามเหตุตามปัจจัยอยู่เนืองนิจ,

ยะทิทัง ปิณฑะปาโต, ตะทุปะภุญชะโก จะ ปุคคะโล,

สิ่งเหล่านี้ คือบิณฑบาต, และบุคคลผู้บริโภคบิณฑบาตนั้น,

ธาตุมัตตะโก, เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติ,

นิสสัตโต, มิได้เป็นสัตวะอันยั่งยืน,

นิชชีโว, มิได้เป็นชีวะอันเป็นบุรุษบุคคล,

สุญโญ, ว่างเปล่าจากความหมายแห่งความเป็นตัวตน,

สัพโพ ปะนายัง ปิณฑะปาโต อะชิคุจฉะนีโย,

ก็บิณฑบาตทั้งหมดนี้ ไม่เป็นของน่าเกลียดมาแต่เดิม,

อิมัง ปูติกายัง ปัต๎วา,

ครั้นมาถูกเข้ากับกาย อันเน่าอยู่เป็นนิจนี้แล้ว,

อะติวิยะ ชิคุจฉะนีโย ชายะติ.

ย่อมกลายเป็นของน่าเกลียดอย่างยิ่งไปด้วยกัน.

(บทพิจารณาที่อยู่อาศัย)

ยะถาปัจจะยัง ปะวัตตะมานัง ธาตุมัตตะเมเวตัง,

สิ่งเหล่านี้นี่ เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติเท่านั้น, กำลังเป็นไปตามเหตุตามปัจจัยอยู่เนืองนิจ,

ยะทิทัง เสนาสะนัง, ตะทุปะภุญชะโก จะ ปุคคะโล,

สิ่งเหล่านี้ คือเสนาสนะ, และบุคคลผู้ใช้สอยเสนาสนะนั้น,

ธาตุมัตตะโก, เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติ,

นิสสัตโต, มิได้เป็นสัตวะอันยั่งยืน,

นิชชีโว, มิได้เป็นชีวะอันเป็นบุรุษบุคคล,

สุญโญ, ว่างเปล่าจากความหมายแห่งความเป็นตัวตน,

สัพพานิ ปะนะ อิมานิ เสนาสะนานิ อะชิคุจฉะนียานิ,

ก็เสนาสนะทั้งหมดนี้ ไม่เป็นของน่าเกลียดมาแต่เดิม,

อิมัง ปูติกายัง ปัต๎วา,

ครั้นมาถูกเข้ากับกาย อันเน่าอยู่เป็นนิจนี้แล้ว,

อะติวิยะ ชิคุจฉะนียานิ ชายันติ.

ย่อมกลายเป็นของน่าเกลียดอย่างยิ่งไปด้วยกัน.

(บทพิจารณายารักษาโรค)

ยะถาปัจจะยัง ปะวัตตะมานัง ธาตุมัตตะเมเวตัง,

สิ่งเหล่านี้นี่ เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติเท่านั้น, กำลังเป็นไปตามเหตุตามปัจจัยอยู่เนืองนิจ,

ยะทิทัง คิลานะปัจจะยะเภสัชชะปะริกขาโร, ตะทุปะภุญชะโก จะ ปุคคะโล,

สิ่งเหล่านี้ คือเภสัชบริขารอันเกื้อกูลแก่คนไข้, และบุคคลผู้บริโภคเภสัชบริขารนั้น,

ธาตุมัตตะโก, เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติ,

นิสสัตโต, มิได้เป็นสัตวะอันยั่งยืน,

นิชชีโว, มิได้เป็นชีวะอันเป็นบุรุษบุคคล,

สุญโญ, ว่างเปล่าจากความหมายแห่งความเป็นตัวตน,

สัพโพ ปะนายัง คิลานะปัจจะยะเภสัชชะปะริกขาโร อะชิคุจฉะนีโย,

ก็คิลานเภสัชบริขารทั้งหมดนี้ ไม่เป็นของน่าเกลียดมาแต่เดิม,

อิมัง ปูติกายัง ปัต๎วา,

ครั้นมาถูกเข้ากับกาย อันเน่าอยู่เป็นนิจนี้แล้ว,

อะติวิยะ ชิคุจฉะนีโย ชายะติ.

ย่อมกลายเป็นของน่าเกลียดอย่างยิ่งไปด้วยกัน.

๔. อภิณ์หปัจจเวกขณปาฐะ

(หันทะ มะยัง อะภิณ์หะปัจจะเวกขะณะปาฐัง ภะณามะ เส.)

ชะราธัมโมม์หิ[๑๙] ชะรัง อะนะตีโต (ตา)*,

เรามีความแก่เป็นธรรมดา จะล่วงพ้นความแก่ไปไม่ได้,

พ์ยาธิธัมโมม์หิ พ์ยาธิง อะนะตีโต (ตา),

เรามีความเจ็บไข้เป็นธรรมดา จะล่วงพ้นความเจ็บไข้ไปไม่ได้,

มะระณะธัมโมม์หิ มะระณัง อะนะตีโต (ตา),

เรามีความตายเป็นธรรมดา จะล่วงพ้นความตายไปไม่ได้,

สัพเพหิ เม ปิเยหิ มะนาเปหิ นานาภาโว วินาภาโว,

เราจักพลัดพรากจากของรักของชอบใจทั้งหลาย,

กัมมัสสะโกม์หิ,[๒๐] เรามีกรรมเป็นของของตน,

กัมมะทายาโท (ทา), เราจักต้องเป็นผู้รับผลของกรรมนั้น,

กัมมะโยนิ, เรามีกรรมเป็นแดนเกิด,

กัมมะพันธุ, เรามีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์,

กัมมะปะฏิสะระโณ (ณา), เรามีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย,

ยัง กัมมัง กะริสสามิ, เราทำกรรมอันใดไว้,

กัล์ยาณัง วา ปาปะกัง วา, เป็นกรรมดีก็ตาม เป็นกรรมชั่วก็ตาม,

ตัสสะ ทายาโท (ทา) ภะวิสสามิ, เราจักต้องเป็นผู้รับผลของกรรมนั้น,

เอวัง อัม์เหหิ[๒๑] อะภิณ์หัง[๒๒] ปัจจะเวกขิตัพพัง.

เราทั้งหลาย พึงพิจารณาเนือง ๆ อย่างนี้แล.

---

[๑๙] อ่านว่า **โมม-ม์หิ** * ผู้หญิงสวดในวงเล็บ

[๒๐] อ่านว่า **โกม-ม์หิ**

[๒๑] อ่านว่า **อัม-ม์เห-หิ** (ม์ ออกเสียงสั้นเป็นครึ่งหนึ่งของเสียง “มะ”)

[๒๒] อ่านว่า **อะ-ภิณ-ณ์หัง** (ณ์ ออกเสียงสั้นเป็นครึ่งหนึ่งของเสียง “ณะ”)

๕. ธรรมที่บรรพชิตควรพิจารณาเนือง ๆ ๑๐ อย่าง

๑. **บรรพชิตควรพิจารณาเนือง ๆ ว่า** บัดนี้ เรามีเพศต่างจากคฤหัสถ์แล้ว อาการกิริยาใด ๆ ของสมณะ เราต้องทำอาการกิริยานั้น ๆ

๒. **บรรพชิตควรพิจารณาเนือง ๆ ว่า** ความเลี้ยงชีวิตของเราเนื่องด้วยผู้อื่น เราควรทำตัวให้เขาเลี้ยงง่าย

๓. **บรรพชิตควรพิจารณาเนือง ๆ ว่า** อาการกายวาจาอย่างอื่น ที่เราจะต้องทำให้ดีขึ้นไปกว่านี้ ยังมีอยู่อีก ไม่ใช่เพียงเท่านี้

๔. **บรรพชิตควรพิจารณาเนือง ๆ ว่า** ตัวของเราเอง ติเตียนตัวเราเองโดยศีลได้หรือไม่

๕. **บรรพชิตควรพิจารณาเนือง ๆ ว่า** ผู้รู้ใคร่ครวญแล้ว ติเตียนเราโดยศีลได้หรือไม่

๖. **บรรพชิตควรพิจารณาเนือง ๆ ว่า** เราจะต้องพลัดพรากจากของรักของชอบใจทั้งนั้น

๗. **บรรพชิตควรพิจารณาเนือง ๆ ว่า** เรามีกรรมเป็นของตัว เราทำดีจักได้ดี ทำชั่วจักได้ชั่ว

๘. **บรรพชิตควรพิจารณาเนือง ๆ ว่า** วันคืนล่วงไป ๆ บัดนี้เราทำอะไรอยู่

๙. **บรรพชิตควรพิจารณาเนือง ๆ ว่า** เรายินดีในที่สงัดหรือไม่

๑๐. **บรรพชิตควรพิจารณาเนือง ๆ ว่า** คุณวิเศษของเรามีอยู่หรือไม่ ที่จะให้เราเป็นผู้ไม่เก้อเขิน ในเวลาเพื่อนบรรพชิตถาม ในกาลภายหลัง.

๖. กาลามสูตร

(หันทะ มะยัง กาลามะสุตตะปาฐัง ภะณามะ เส.)

๑. เอถะ ตุม์เห กาลามา มา อะนุสสะเวนะ,

กาลามชน ท่านอย่าปลงใจเชื่อ ด้วยฟังตามกันมา,

๒. มา ปะรัมปะรายะ,

อย่าปลงใจเชื่อ ด้วยการถือสืบ ๆ กันมา,

๓. มา อิติกิรายะ,

อย่าปลงใจเชื่อ ด้วยการเล่าลือ,

๔. มา ปิฏะกะสัมปะทาเนนะ,

อย่าปลงใจเชื่อ ด้วยการอ้างตำราหรือคัมภีร์,

๕. มา ตักกะเหตุ,

อย่าปลงใจเชื่อ เพราะตรรกะ,

๖. มา นะยะเหตุ,

อย่าปลงใจเชื่อ เพราะการอนุมาน,

๗. มา อาการะปะริวิตักเกนะ,

อย่าปลงใจเชื่อ ด้วยการคิดตามแนวเหตุผล,

๘. มา ทิฏฐินิชฌานักขันติยา,

อย่าปลงใจเชื่อ เพราะเข้าได้กับทฤษฎีที่พินิจไว้แล้ว,

๙. มา ภัพพะรูปะตายะ,

อย่าปลงใจเชื่อ เพราะมองเห็นลักษณะน่าจะเป็นไปได้,

๑๐. มา สะมะโณ โน คะรูติ,

อย่าปลงใจเชื่อ เพราะนับถือว่าท่านสมณะนี้เป็นครูของเรา,

ยะทา ตุม์เห กาลามา อัตตะนาวะ ชาเนยยาถะ,

กาลามชน เมื่อใดท่านรู้ด้วยตนเองว่า,

อิเม ธัมมา อะกุสะลา, ธรรมเหล่านี้เป็นอกุศล,

อิเม ธัมมา สาวัชชา, ธรรมเหล่านี้มีโทษ,

อิเม ธัมมา วิญญุคะระหิตา, ธรรมเหล่านี้ผู้รู้ติเตียน,

อิเม ธัมมา สะมัตตา สะมาทินนา, อะหิตายะ ทุกขายะ สังวัตตันตีติ,

ธรรมเหล่านี้ ใครสมาทานให้เต็มที่แล้ว ย่อมเป็นไปในสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ เพื่อทุกข์,

อะถะ ตุม์เห กาลามา ปะชะเหยยาถาติ.

กาลามชน ท่านพึงละเสียเมื่อนั้นเถิด.

ยะทา ตุม์เห กาลามา อัตตะนาวะ ชาเนยยาถะ,

กาลามชน เมื่อใดท่านรู้ด้วยตนเองว่า,

อิเม ธัมมา กุสะลา, ธรรมเหล่านี้เป็นกุศล,

อิเม ธัมมา อะนะวัชชา, ธรรมเหล่านี้ไม่มีโทษ,

อิเม ธัมมา วิญญุปปะสัตถา, ธรรมเหล่านี้ผู้รู้สรรเสริญ,

อิเม ธัมมา สะมัตตา สะมาทินนา, หิตายะ สุขายะ สังวัตตันตีติ,

ธรรมเหล่านี้ ใครสมาทานให้เต็มที่แล้ว ย่อมเป็นไปในสิ่งที่เป็นประโยชน์ เพื่อสุข,

อะถะ ตุม์เห กาลามา อุปะสัมปัชชะติ.

กาลามชน ท่านควรเข้าถึงธรรมเหล่านั้นเถิด.

๗. บทคำปลงสังขาร

(เหมาะสำหรับฆราวาส)

มนุษย์เราเอ๋ย เกิดมาทำไม
นิพพานมีสุข อยู่ไยมิไป
ตัณหาหน่วงหนัก หน่วงชักหน่วงไว้
ฉันไปมิได้ ตัณหาผูกพัน
ห่วงนั้นพันผูก ห่วงลูกห่วงหลาน
ห่วงทรัพย์สินศฤงคาร จงสละเสียเถิด
จะได้ไปนิพพาน ข้ามพ้นภพสาม
ยามหนุ่มสาวน้อย หน้าตาแช่มช้อย
งามแล้วทุกประการ แก่เฒ่าหนังยาน
แต่ล้วนเครื่องเหม็น เอ็นใหญ่เก้าร้อย
เอ็นน้อยเก้าพัน มันมาทำเข็ญ
ให้ร้อนให้เย็น เมื่อยขบทั้งตัว
ขนคิ้วก็ขาว นัยน์ตาก็มัว
เส้นผมบนหัว ดำแล้วกลับหงอก
หน้าตาเว้าวอก ดูน่าบัดสี
จะลุกก็โอย จะนั่งก็โอย
เหมือนดอกไม้โรย ไม่มีเกสร
จะเข้าที่นอน พึงสอนภาวนา
พระอนิจจัง พระอนัตตา
เราท่านเกิดมา รังแต่จะตาย
ผู้ดีเข็ญใจ ก็ตายเหมือนกัน

เงินทองทั้งนั้น	มิติดตัวไป
ตายไปเป็นผี	ลูกเมียผัวรัก
เขาชักหน้าหนี	เขาเหม็นซากผี
เปื่อยเน่าพุพอง	หมู่ญาติพี่น้อง
เขาหามเอาไป	เขาวางลงไว้
เขานั่งร้องไห้	แล้วกลับคืนมา
อยู่แต่ผู้เดียว	ป่าไม้ชายเขียว
เหลียวไม่เห็นใคร	เห็นแต่ฝูงแร้ง
เห็นแต่ฝูงกา	เห็นแต่ฝูงหมา
ยื้อแย่งกันกิน	ดูน่าสมเพช
กระดูกกูเอ๋ย	เรี่ยรายแผ่นดิน
แร้งกาหมากิน	เอาเป็นอาหาร
เที่ยงคืนสงัด	ตื่นขึ้นมินาน
ไม่เห็นลูกหลาน	พี่น้องเผ่าพันธุ์
เห็นแต่นกเค้า	จับเจ่าเรียงกัน
เห็นแต่นกแสก	ร้องแรกแหกขวัญ
เห็นแต่ฝูงผี	ร้องไห้หากัน
มนุษย์เราเอ๋ย	อย่าหลงนักเลย
ไม่มีแก่นสาร	อุตส่าห์ทำบุญ
ค้ำจุนเอาไว้	จะได้ไปสวรรค์
จะได้ทันพระพุทธเจ้า	จะได้เข้านิพพาน
อะหัง วันทามิ	สัพพะโส
อะหัง วันทามิ	นิพพานะปัจจะโย โหตุ.

๘. สัพพปัตติทานคาถา (กรวดน้ำตอนเช้า)

(หันทะ มะยัง สัพพะปัตติทานะคาถาโย ภะณามะ เส.)

ปุญญัสสิทานิ กะตัสสะ ยานัญญานิ กะตานิ เม,
เตสัญจะ ภาคิโน โหนตุ สัตตานันตาปปะมาณะกา,

สัตว์ทั้งหลาย ไม่มีที่สุด ไม่มีประมาณ, จงมีส่วนแห่งบุญที่ข้าพเจ้าได้ทำในบัดนี้, และแห่งบุญอื่นที่ได้ทำไว้ก่อนแล้ว,

เย ปิยา คุณะวันตา จะ มัย์หัง มาตาปิตาทะโย,
ทิฏฐา เม จาป์ยะทิฏฐา วา อัญเญ มัชฌัตตะเวริโน,

คือจะเป็นสัตว์เหล่าใด, ซึ่งเป็นที่รักใคร่และมีบุญคุณ เช่นมารดาบิดาของข้าพเจ้าเป็นต้น ก็ดี, ที่ข้าพเจ้าเห็นแล้ว หรือไม่ได้เห็น ก็ดี, สัตว์เหล่าอื่นที่เป็นกลาง ๆ หรือเป็นคู่เวรกัน ก็ดี,

สัตตา ติฏฐันติ โลกัส์มิง เต ภุมมา จะตุโยนิกา,
ปัญเจกะจะตุโวการา สังสะรันตา ภะวาภะเว,

สัตว์ทั้งหลาย ตั้งอยู่ในโลก, อยู่ในภูมิทั้งสาม, อยู่ในกำเนิดทั้งสี่, มีขันธ์ห้าขันธ์ มีขันธ์ขันธ์เดียว มีขันธ์สี่ขันธ์, กำลังท่องเที่ยวอยู่ในภพน้อยภพใหญ่ ก็ดี,

ญาตัง เย ปัตติทานัมเม อะนุโมทันตุ เต สะยัง,
เย จิมัง นัปปะชานันติ เทวา เตสัง นิเวทะยุง,

สัตว์เหล่าใด รู้ส่วนบุญที่ข้าพเจ้าแผ่ให้แล้ว, สัตว์เหล่านั้น จงอนุโมทนาเองเถิด, ส่วนสัตว์เหล่าใด ยังไม่รู้ส่วนบุญนี้, ขอเทวดาทั้งหลาย จงบอกสัตว์เหล่านั้น ให้รู้,

มะยา ทินนานะ ปุญญานัง อะนุโมทะนะเหตุนา,
สัพเพ สัตตา สะทา โหนตุ อะเวรา สุขะชีวิโน,
เขมัปปะทัญจะ ปัปโปนตุ เตสาสา สิชฌะตัง สุภา.

เพราะเหตุที่ได้อนุโมทนาส่วนบุญที่ข้าพเจ้าแผ่ให้แล้ว, สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง, จงเป็นผู้ไม่มีเวร อยู่เป็นสุขทุกเมื่อ, จงถึงบทอันเกษม กล่าวคือพระนิพพาน, ความปรารถนาที่ดีงามของสัตว์เหล่านั้น จงสำเร็จเถิด.

๙. อุททิสสนาธิฏฐานคาถา (กรวดน้ำตอนเย็น)

(หันทะ มะยัง อุททิสสะนาธิฏฐานะคาถาโย ภะณามะ เส.)

(๑) อิมินา ปุญญะกัมเมนะ, ด้วยบุญนี้ อุทิศให้,
อุปัชฌายา คุณุตตะรา, อุปัชฌาย์ ผู้เลิศคุณ,
อาจะริยูปะการา จะ, แลอาจารย์ ผู้เกื้อหนุน,
มาตา ปิตา จะ ญาตะกา, ทั้งพ่อแม่ แลปวงญาติ,
สุริโย จันทิมา ราชา, สูรย์จันทร์ แลราชา,
คุณะวันตา นะราปิ จะ, ผู้ทรงคุณ หรือสูงชาติ,
พ์รัห์มะมารา จะ อินทา จะ, พรหมมาร และอินทราช,
โลกะปาลา จะ เทวะตา, ทั้งทวยเทพ และโลกบาล,
ยะโม มิตตา มะนุสสา จะ, ยมราช มนุษย์มิตร,
มัชฌัตตา เวริกาปิ จะ, ผู้เป็นกลาง ผู้จ้องผลาญ,
สัพเพ สัตตา สุขี โหนตุ, ขอให้เป็นสุขศานติ์ ทุกทั่วหน้าอย่าทุกข์ทน,
ปุญญานิ ปะกะตานิ เม, บุญผองที่ข้าทำ จงช่วยอำนวยศุภผล,
สุขัง จะ ติวิธัง เทนตุ, ให้สุข สามอย่างล้น,
ขิปปัง ปาเปถะ โว มะตัง, ให้ลุถึง นิพพานพลัน[๒๓] (เทอญ),

[๒๓] ถ้าสวดเพียงบทที่ (๑) ให้เปลี่ยน “นิพพานพลัน” เป็น “นิพพานเทอญ”

(๔) อิมินา ปุญญะกัมเมนะ,	ด้วยบุญนี้ ที่เราทำ,
อิมินา อุททิเสนะ จะ,	แลอุทิศ ให้ปวงสัตว์,
ขิปปาหัง สุละเภ เจวะ,	เราพลันได้ ซึ่งการตัด,
ตัณ์หุปาทานะเฉทะนัง,	ตัวตัณหา อุปาทาน,
เย สันตาเน หินา ธัมมา,	สิ่งชั่ว ในดวงใจ,
ยาวะ นิพพานะโต มะมัง,	กว่าเราจะ ถึงนิพพาน,
นัสสันตุ สัพพะทา เยวะ,	มลายสิ้น จากสันดาน,
ยัตถะ ชาโต ภะเว ภะเว,	ทุก ๆ ภพ ที่เราเกิด,
อุชุจิตตัง สะติปัญญา,	มีจิตตรงและสติ ทั้งปัญญาอันประเสริฐ,
สัลเลโข วิริยัม์หินา,	พร้อมทั้งความเพียรเลิศ เป็นเครื่องขูดกิเลสหาย,
มารา ละภันตุ โนกาสัง,	โอกาสอย่าพึงมี แก่หมู่มารสิ้นทั้งหลาย,
กาตุญจะ วิริเยสุ เม,	เป็นช่องประทุษร้าย ทำลายล้างความเพียรจม,
พุทธาทิปะวะโร นาโถ,	พระพุทธผู้ บวรนาถ,
ธัมโม นาโถ วะรุตตะโม,	พระธรรมที่ พึ่งอุดม,
นาโถ ปัจเจกะพุทโธ จะ,	พระปัจเจกะพุทธะสม-,
สังโฆ นาโถตตะโร มะมัง,	ทบพระสงฆ์ ที่พึ่งผยอง,
เตโสตตะมานุภาเวนะ,	ด้วยอานุภาพนั้น,
มาโรกาสัง ละภันตุ มา,	ขอหมู่มาร อย่าได้ช่อง,
ทะสะปุญญานุภาเวนะ,	ด้วยเดชบุญ ทั้งสิบป้อง,
มาโรกาสัง ละภันตุ มา.	อย่าเปิดโอกาสแก่มาร เทอญ.

๑๐. บทแผ่เมตตา

สัพเพ สัตตา,

สัตว์ทั้งหลาย ที่เป็นเพื่อนทุกข์ เกิดแก่เจ็บตาย ด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น,

อะเวรา โหนตุ,

จงเป็นสุขเป็นสุขเถิด อย่าได้มีเวรต่อกันและกันเลย,

อัพ๎ยาปัชฌา โหนตุ,

จงเป็นสุขเป็นสุขเถิด อย่าได้พยาบาทเบียดเบียนซึ่งกันและกันเลย,

อะนีฆา โหนตุ,

จงเป็นสุขเป็นสุขเถิด อย่าได้มีความทุกข์กายทุกข์ใจเลย,

สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุ.

จงมีความสุขกายสุขใจ รักษาตนให้พ้นจากทุกข์ภัยทั้งสิ้นเทอญ.

๑๑. อานิสงส์การเจริญเมตตา

เมตตายะ ภิกขะเว เจโตวิมุตติยา อาเสวิตายะ ภาวิตายะ พะหุลีกะตายะ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, เมื่อเมตตาเจโตวิมุตติ อันบุคคลบำเพ็ญแล้ว ภาวนาแล้ว เจริญให้มากแล้ว,

ยานีกะตายะ วัตถุกะตายะ อะนุฏฐิตายะ,

ทำให้เป็นเครื่องดำเนินทางใจ ทำให้เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวทางใจ,

ปะริจิตายะ สุสะมารัทธายะ, อบรม สร้างสม ปรารภด้วยดี,

เอกาทะสานิสังสา ปาฏิกังขา,

อานิสงส์ ๑๑ ประการ, อันบุคคลนั้นพึงหวังได้แน่นอน,

กะตะเม เอกาทะสะ, อานิสงส์ ๑๑ ประการนั้น เป็นไฉน ?

สุขัง สุปะติ, หลับก็เป็นสุข,

สุขัง ปะฏิพุชฌะติ, ตื่นก็เป็นสุข,

นะ ปาปะกัง สุปินัง ปัสสะติ, ไม่ฝันร้าย,

มะนุสสานัง ปิโย โหติ, เป็นที่รักใคร่ของเพื่อนมนุษย์,

อะมะนุสสานัง ปิโย โหติ, เป็นที่รักใคร่ของเหล่าอมนุษย์,

เทวะตา รักขันติ, เทวดาปกปักรักษา,

นาสสะ อัคคิ วา วิสัง วา สัตถัง วา กะมะติ,

ไฟและยาพิษหรือแม้แต่ศัตราวุธ ก็ไม่กร้ำกราย,

ตุวัฏฏัง จิตตัง สะมาธิยะติ, จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิได้เร็ว,

มุขะวัณโณ วิปปะสีทะติ, สีหน้าผ่องใส,

อะสัมมุฬ์โห กาลัง กะโรติ, ไม่หลงสติเวลาตาย,

อุตตะริง อัปปะฏิวิชฌันโต พ์รัห์มะโลกูปะโค โหติ,

เมื่อไม่สามารถบรรลุธรรมชั้นสูงในภพนี้ได้, ก็ย่อมเข้าถึงพรหมโลก,

เมตตายะ ภิกขะเว เจโตวิมุตติยา อาเสวิตายะ ภาวิตายะ พะหุลีกะตายะ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, เมื่อเมตตาเจโตวิมุตติ อันบุคคลบำเพ็ญแล้ว ภาวนาแล้ว เจริญให้มากแล้ว,

ยานีกะตายะ วัตถุกะตายะ อะนุฏฐิตายะ,

ทำให้เป็นเครื่องดำเนินทางใจ ทำให้เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวทางใจ,

ปะริจิตายะ สุสะมารัทธายะ, อบรม สร้างสม ปรารภดีแล้ว,

อิเม เอกาทะสานิสังสา ปาฏิกังขาติ,

อานิสงส์ทั้ง ๑๑ ประการนี้, บุคคลนั้นพึงหวังได้อย่างไม่ต้องสงสัย,

อิทะมะโวจะ ภะคะวา, พระผู้มีพระภาคเจ้า, ได้ตรัสธรรมปริยายอันนี้แล้ว,

อัตตะมะนา เต ภิกขู ภะคะวะโต ภาสิตัง อะภินันทุนติ.

ภิกษุเหล่านั้น ต่างมีใจยินดี, ชื่นชมในพระภาษิตของพระผู้มีพระภาคเจ้า, ด้วยประการฉะนี้แล.



“ มีระเบียบ มีวินัย มีความเมตตากรุณา
มีความไม่เบียดเบียนตน และคนอื่น
ไม่ทะเลาะวิวาทกับใคร ๆ
อยู่ในศีล อยู่ในความสงบ
ปลีกวิเวก ออกจากความวุ่นวาย อย่าคลุกคลี
ปลีกวิเวก
หามุมให้แก่ตัวเอง
ไม่งั้นว่า เรานั่งอยู่นี่ เรากินข้าวอยู่นี่ เราทำครัวอยู่นี่
ก็ปลีกวิเวกได้
เราทำของเรา ไม่ไปยุ่งกับใคร
เขาว่ายาก
...เอ้อ...เราไม่ยากกับเขา
เขาว่าทุกข์ ก็ไม่ทุกข์กับเขา
ก็ทำไปเช่นนั้นเอง
เรียกว่าปลีกวิเวก ได้สร้างสิ่งแวดล้อมให้กับตัวเอง ”

หลวงพ่อคำเขียน สุวณฺโณ



“ นี่แหละคือการปฏิบัติเข้ม
ใส่ใจที่จะรู้สึกตัวอยู่เสมอ
มาทำวัตรสวดมนต์ก็ได้
ไปขบไปฉันก็ได้
อยู่กับหมู่ก็ได้
อยู่คนเดียวก็ได้
ปฏิบัติเดี่ยวอยู่คนเดียวก็ได้
ปฏิบัติกับหมู่ก็ได้
เพราะที่จริงแล้ว
เราอยู่คนเดียว
อยู่กับหมู่ก็เหมือนกับอยู่คนเดียว
อยู่คนเดียวก็เหมือนอยู่กับหมู่
ถ้ามันจะหลงอยู่กับหมู่
เราก็ไม่หลงเนี่ย ”

หลวงพ่อคำเขียน สุวณฺโณ

ภาค ๔ พระสูตรและพระอภิธรรม

๑. อริยมรรคมีองค์แปด

(หันทะ มะยัง อะริยัฏฐังคิกะมัคคะปาฐัง ภะณามะ เส.)

อะยะเมวะ อะริโย อัฏฐังคิโก มัคโค,

หนทางนี้แล เป็นหนทางอันประเสริฐ ซึ่งประกอบด้วยองค์แปด,

เสยยะถีทัง, ได้แก่สิ่งเหล่านี้ คือ :-

สัมมาทิฏฐิ, ความเห็นชอบ,

สัมมาสังกัปโป, ความดำริชอบ,

สัมมาวาจา, การพูดจาชอบ,

สัมมากัมมันโต, การทำการงานชอบ,

สัมมาอาชีโว, การเลี้ยงชีวิตชอบ,

สัมมาวายาโม, ความพากเพียรชอบ,

สัมมาสะติ, ความระลึกชอบ,

สัมมาสะมาธิ, ความตั้งใจมั่นชอบ,

(องค์มรรคที่ ๑)

กะตะมา จะ ภิกขะเว สัมมาทิฏฐิ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ความเห็นชอบ เป็นอย่างไรเล่า ?

ยัง โข ภิกขะเว ทุกเข ญาณัง,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ความรู้อันใด เป็นความรู้ในทุกข์,

ทุกขะสะมุทะเย ญาณัง, เป็นความรู้ในเหตุให้เกิดทุกข์,

ทุกขะนิโรเธ ญาณัง, เป็นความรู้ในความดับแห่งทุกข์,

ทุกขะนิโรธะคามินิยา ปะฏิปะทายะ ญาณัง,

เป็นความรู้ในทางดำเนินให้ถึงความดับแห่งทุกข์,

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาทิฏฐิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, อันนี้เรากล่าวว่า **ความเห็นชอบ.**

(องค์มรรคที่ ๒)

กะตะโม จะ ภิกขะเว สัมมาสังกัปโป,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ความดำริชอบ เป็นอย่างไรเล่า ?

เนกขัมมะสังกัปโป, ความดำริในการออกจากกาม,

อะพ๎ยาปาทะสังกัปโป, ความดำริในการไม่มุ่งร้าย,

อะวิหิงสาสังกัปโป, ความดำริในการไม่เบียดเบียน,

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาสังกัปโป.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, อันนี้เรากล่าวว่า **ความดำริชอบ.**

(องค์มรรคที่ ๓)

กะตะมา จะ ภิกขะเว สัมมาวาจา,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, การพูดจาชอบ เป็นอย่างไรเล่า ?

มุสาวาทา เวระมะณี, เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการพูดไม่จริง,

ปิสุณายะ วาจายะ เวระมะณี, เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการพูดส่อเสียด,

ผะรุสายะ วาจายะ เวระมะณี, เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการพูดหยาบ,

สัมผัปปะลาปา เวระมะณี, เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ,

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาวาจา.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, อันนี้เรากล่าวว่า **การพูดจาชอบ.**

(องค์มรรคที่ ๔)

กะตะโม จะ ภิกขะเว สัมมากัมมันโต,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, การทำการงานชอบ เป็นอย่างไรเล่า ?

ปาณาติปาตา เวระมะณี,

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการฆ่า,

อะทินนาทานา เวระมะณี,

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการถือเอาสิ่งของ ที่เจ้าของไม่ได้ให้แล้ว,

กาเมสุ มิจฉาจารา เวระมะณี,

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการประพฤติผิดในกามทั้งหลาย,

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมากัมมันโต.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, อันนี้เรากล่าวว่า **การทำการงานชอบ.**

(องค์มรรคที่ ๕)

กะตะโม จะ ภิกขะเว สัมมาอาชีโว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, การเลี้ยงชีวิตชอบ เป็นอย่างไรเล่า ?

อิธะ ภิกขะเว อะริยะสาวะโก,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, สาวกของพระอริยเจ้า ในธรรมวินัยนี้,

มิจฉาอาชีวัง ปะหายะ,

ละการเลี้ยงชีวิตที่ผิดเสีย,

สัมมาอาชีเวนะ ชีวิกัง กัปเปติ,

ย่อมสำเร็จความเป็นอยู่ด้วยการเลี้ยงชีวิตที่ชอบ,

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาอาชีโว.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, อันนี้เรากล่าวว่า **การเลี้ยงชีวิตชอบ.**

(องค์มรรคที่ ๖)

กะตะโม จะ ภิกขะเว สัมมาวายาโม,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ความพากเพียรชอบ เป็นอย่างไรเล่า ?

อิธะ ภิกขะเว ภิกขุ, ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ภิกษุในธรรมวินัยนี้,

อะนุปปันนานัง ปาปะกานัง อะกุสะลานัง ธัมมานัง อะนุปปาทายะ, ฉันทัง ชะเนติ, วายะมะติ, วิริยัง อาระภะติ, จิตตัง ปัคคัณ์หาติ ปะทะหะติ,

ย่อมทำความพอใจให้เกิดขึ้น, ย่อมพยายาม, ปรารภความเพียร, ประคองตั้งจิตไว้, เพื่อจะยังอกุศลธรรม อันเป็นบาปที่ยังไม่เกิด ไม่ให้เกิดขึ้น,

อุปปันนานัง ปาปะกานัง อะกุสะลานัง ธัมมานัง ปะหานายะ, ฉันทัง ชะเนติ, วายะมะติ, วิริยัง อาระภะติ, จิตตัง ปัคคัณ์หาติ ปะทะหะติ,

ย่อมทำความพอใจให้เกิดขึ้น, ย่อมพยายาม, ปรารภความเพียร, ประคองตั้งจิตไว้, เพื่อจะละอกุศลธรรม อันเป็นบาป ที่เกิดขึ้นแล้ว,

อะนุปปันนานัง กุสะลานัง ธัมมานัง อุปปาทายะ, ฉันทัง ชะเนติ, วายะมะติ, วิริยัง อาระภะติ, จิตตัง ปัคคัณ์หาติ ปะทะหะติ,

ย่อมทำความพอใจให้เกิดขึ้น, ย่อมพยายาม, ปรารภความเพียร, ประคองตั้งจิตไว้, เพื่อจะยังกุศลธรรมที่ยังไม่เกิด ให้เกิดขึ้น,

อุปปันนานัง กุสะลานัง ธัมมานัง ฐิติยา, อะสัมโมสายะ, ภิยโยภาวายะ, เวปุลลายะ, ภาวะนายะ, ปาริปูริยา, ฉันทัง ชะเนติ, วายะมะติ, วิริยัง อาระภะติ, จิตตัง ปัคคัณ์หาติ ปะทะหะติ,

ย่อมทำความพอใจให้เกิดขึ้น, ย่อมพยายาม, ปรารภความเพียร, ประคองตั้งจิตไว้, เพื่อความตั้งอยู่, ความไม่เลอะเลือน, ความงอกงามยิ่งขึ้น, ความไพบูลย์, ความเจริญ, ความเต็มรอบ, แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว,

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาวายาโม.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, อันนี้เรากล่าวว่า **ความพากเพียรชอบ.**

(องค์มรรคที่ ๗)

กะตะมา จะ ภิกขะเว สัมมาสะติ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ความระลึกชอบ เป็นอย่างไรเล่า ?

อิธะ ภิกขะเว ภิกขุ, ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ภิกษุในธรรมวินัยนี้,

กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นกายในกายอยู่เป็นประจำ,

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา, วิเนยยะ โลเก อะภิชฌาโทมะนัสสัง,

มีความเพียรเครื่องเผากิเลส, มีสัมปชัญญะ มีสติ, ถอนความพอใจและความไม่พอใจ ในโลกออกเสียได้,

เวทะนาสุ เวทะนานุปัสสี วิหะระติ,

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่เป็นประจำ,

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา, วิเนยยะ โลเก อะภิชฌาโทมะนัสสัง,

มีความเพียรเครื่องเผากิเลส, มีสัมปชัญญะ มีสติ, ถอนความพอใจและความไม่พอใจ ในโลกออกเสียได้,

จิตเต จิตตานุปัสสี วิหะระติ,

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่เป็นประจำ,

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา, วิเนยยะ โลเก อะภิชฌาโทมะนัสสัง,

มีความเพียรเครื่องเผากิเลส, มีสัมปชัญญะ มีสติ, ถอนความพอใจและความไม่พอใจ ในโลกออกเสียได้,

ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหะระติ,

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่เป็นประจำ,

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา, วิเนยยะ โลเก อะภิชฌาโทมะนัสสัง,

มีความเพียรเครื่องเผากิเลส, มีสัมปชัญญะ มีสติ, ถอนความพอใจและความไม่พอใจ ในโลกออกเสียได้,

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาสะติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, อันนี้เรากล่าวว่า **ความระลึกชอบ.**

(องค์มรรคที่ ๘)

กะตะโม จะ ภิกขะเว สัมมาสะมาธิ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ความตั้งใจมั่นชอบ เป็นอย่างไรเล่า ?

อิธะ ภิกขะเว ภิกขุ, ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ภิกษุในธรรมวินัยนี้,

วิวิจเจวะ กาเมหิ, สงัดแล้วจากกามทั้งหลาย,

วิวิจจะ อะกุสะเลหิ ธัมเมหิ, สงัดแล้วจากธรรมที่เป็นอกุศลทั้งหลาย,

สะวิตักกัง สะวิจารัง, วิเวกะชัง, ปีติสุขัง ปะฐะมัง ฌานัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ,

เข้าถึงปฐมฌาน, ประกอบด้วยวิตกวิจาร, มีปีติและสุข อันเกิดจากวิเวก แล้วแลอยู่,

วิตักกะวิจารานัง วูปะสะมา, เพราะความที่วิตกวิจารทั้งสองระงับลง,

อัชฌัตตัง สัมปะสาทะนัง เจตะโส, เอโกทิภาวัง, อะวิตักกัง อะวิจารัง, สะมาธิชัง ปีติสุขัง ทุติยัง ฌานัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ,

เข้าถึงทุติยฌาน, เป็นเครื่องผ่องใสแห่งใจในภายใน, ให้สมาธิเป็นธรรมอันเอกผุดมีขึ้น, ไม่มีวิตก ไม่มีวิจาร, มีแต่ปีติและสุข อันเกิดจากสมาธิ แล้วแลอยู่,

ปีติยา จะ วิราคา,

อนึ่ง เพราะความจางคลายไปแห่งปีติ,

อุเปกขะโก จะ วิหะระติ, สะโต จะ สัมปะชาโน,

ย่อมเป็นผู้อยู่อุเบกขา, มีสติและสัมปชัญญะ,

สุขัญจะ กาเยนะ ปะฏิสังเวเทติ,

และย่อมเสวยความสุขด้วยนามกาย,

ยันตัง อะริยา อาจิกขันติ, อุเปกขะโก สะติมา สุขะวิหารีติ,

ชนิดที่พระอริยเจ้าทั้งหลาย ย่อมกล่าวสรรเสริญผู้นั้นว่า,

“เป็นผู้อยู่อุเบกขา มีสติ อยู่เป็นปรกติสุข” ดังนี้,

ตะติยัง ฌานัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ, เข้าถึงตติยฌาน แล้วแลอยู่,

สุขัสสะ จะ ปะหานา, เพราะละสุขเสียได้,

ทุกขัสสะ จะ ปะหานา, และเพราะละทุกข์เสียได้,

ปุพเพวะ โสมะนัสสะโทมะนัสสานัง อัตถังคะมา,

เพราะความดับไปแห่งโสมนัสและโทมนัสทั้งสอง ในกาลก่อน,

อะทุกขะมะสุขัง อุเปกขาสะติปาริสุทธิง, จะตุตถัง ฌานัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ,

เข้าถึงจตุตถฌาน, ไม่มีทุกข์ไม่มีสุข, มีแต่ความที่สติเป็นธรรมชาติบริสุทธิ์ เพราะอุเบกขา แล้วแลอยู่,

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาสะมาธิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, อันนี้เรากล่าวว่า **ความตั้งใจมั่นชอบ.**

๒. ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร

(หันทะ มะยัง ธัมมะจักกัปปะวัตตะนะสุตตะปาฐัง ภะณามะ เส.)

เอวัมเม สุตัง, ข้าพเจ้า (คือพระอานนท์เถระ) ได้สดับมาแล้วอย่างนี้,

เอกัง สะมะยัง ภะคะวา, พาราณะสิยัง วิหะระติ อิสิปะตะเน มิคะทาเย,

สมัยหนึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้า ประทับอยู่ ณ ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน, ใกล้พระนครพาราณสี,

ตัต์ระ โข ภะคะวา ปัญจะวัคคิเย ภิกขู อามันเตสิ,

ณ ที่นั้นแล พระผู้มีพระภาคเจ้า, ตรัสเรียกภิกษุปัญจวัคคีย์ มาแล้วตรัสว่า,

เท็วเม[๒๔] ภิกขะเว อันตา,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ที่สุดแห่งการกระทำสองอย่างเหล่านี้, มีอยู่,

ปัพพะชิเตนะ นะ เสวิตัพพา,

เป็นสิ่งที่บรรพชิตไม่ควรข้องแวะเลย,

โย จายัง กาเมสุ กามะสุขัลลิกานุโยโค,

นี้คือการประกอบตนพัวพันอยู่ด้วยความใคร่ ในกามทั้งหลาย,

หีโน, เป็นของต่ำทราม,

คัมโม, เป็นของชาวบ้าน,

โปถุชชะนิโก, เป็นของคนชั้นปุถุชน,

อะนะริโย, ไม่ใช่ข้อปฏิบัติของพระอริยเจ้า,

อะนัตถะสัญ์หิโต, ไม่ประกอบด้วยประโยชน์เลย, นี้อย่างหนึ่ง,

โย จายัง อัตตะกิละมะถานุโยโค,

อีกอย่างหนึ่ง, คือการประกอบการทรมานตนให้ลำบาก,

ทุกโข, เป็นสิ่งนำมาซึ่งทุกข์,

อะนะริโย, ไม่ใช่ข้อปฏิบัติของพระอริยเจ้า,

อะนัตถะสัญ์หิโต, ไม่ประกอบด้วยประโยชน์เลย,

เอเต เต ภิกขะเว อุโภ อันเต อะนุปะคัมมะ มัชฌิมา ปะฏิปะทา,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ข้อปฏิบัติเป็นทางสายกลาง, ไม่เข้าไปหาส่วนสุดแห่งการกระทำสองอย่างนั้น, มีอยู่,

ตะถาคะเตนะ อะภิสัมพุทธา,

เป็นข้อปฏิบัติที่ตถาคตได้ตรัสรู้พร้อมเฉพาะแล้ว,

จักขุกะระณี, เป็นเครื่องกระทำให้เกิดจักษุ,

ญาณะกะระณี, เป็นเครื่องกระทำให้เกิดญาณ,

---

[๒๔] อ่านว่า **ท็เว-เม** (ท็ ออกเสียงสั้นเป็นครึ่งหนึ่งของเสียง “ทะ”)

อุปะสะมายะ,	เพื่อความสงบ,
อะภิญญายะ,	เพื่อความรู้ยิ่ง,
สัมโพธายะ,	เพื่อความรู้พร้อม,
นิพพานายะ สังวัตตะติ,	เป็นไปพร้อมเพื่อพระนิพพาน,

กะตะมา จะ สา ภิกขะเว มัชฌิมา ปะฏิปะทา,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ข้อปฏิบัติเป็นทางสายกลางนั้น เป็นอย่างไรเล่า ?

อะยะเมวะ อะริโย อัฏฐังคิโก มัคโค,

ข้อปฏิบัติเป็นทางสายกลางนั้น คือข้อปฏิบัติเป็นหนทางอันประเสริฐ ประกอบด้วยองค์แปดประการ นี้เอง,

เสยยะถีทัง,	ได้แก่สิ่งเหล่านี้ คือ :-
สัมมาทิฏฐิ,	ความเห็นชอบ,
สัมมาสังกัปโป,	ความดำริชอบ,
สัมมาวาจา,	การพูดจาชอบ,
สัมมากัมมันโต,	การทำการงานชอบ,
สัมมาอาชีโว,	การเลี้ยงชีวิตชอบ,
สัมมาวายาโม,	ความพากเพียรชอบ,
สัมมาสะติ,	ความระลึกชอบ,
สัมมาสะมาธิ,	ความตั้งใจมั่นชอบ,

อะยัง โข สา ภิกขะเว มัชฌิมา ปะฏิปะทา,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, นี้แล คือข้อปฏิบัติอันเป็นทางสายกลาง,

ตะถาคะเตนะ อะภิสัมพุทธา,

เป็นข้อปฏิบัติที่ตถาคตได้ตรัสรู้พร้อมเฉพาะแล้ว,

จักขุกะระณี, เป็นเครื่องกระทำให้เกิดจักษุ,

ญาณะกะระณี, เป็นเครื่องกระทำให้เกิดญาณ,

อุปะสะมายะ, เพื่อความสงบ,

อะภิญญายะ, เพื่อความรู้ยิ่ง,

สัมโพธายะ, เพื่อความรู้พร้อม,

นิพพานายะ สังวัตตะติ, เป็นไปพร้อมเพื่อพระนิพพาน,

อิทัง โข ปะนะ ภิกขะเว ทุกขัง อะริยะสัจจัง,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ก็อริยสัจคือทุกข์นี้, มีอยู่,

ชาติปิ ทุกขา, คือ ความเกิดก็เป็นทุกข์,

ชะราปิ ทุกขา, ความแก่ก็เป็นทุกข์,

มะระณัมปิ ทุกขัง, ความตายก็เป็นทุกข์,

โสกะปะริเทวะทุกขะโทมะนัสสุปายาสาปิ ทุกขา,

ความโศก ความร่ำไรรำพัน ความไม่สบายกาย ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจ ก็เป็นทุกข์,

อัปปิเยหิ สัมปะโยโค ทุกโข,

ความประสบกับสิ่งไม่เป็นที่รักที่พอใจ ก็เป็นทุกข์,

ปิเยหิ วิปปะโยโค ทุกโข,

ความพลัดพรากจากสิ่งเป็นที่รักที่พอใจ ก็เป็นทุกข์,

ยัมปิจฉัง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง,

มีความปรารถนาสิ่งใด ไม่ได้สิ่งนั้น นั่นก็เป็นทุกข์,

สังขิตเตนะ ปัญจุปาทานักขันธา ทุกขา,

ว่าโดยย่อ อุปาทานขันธ์ทั้งห้า เป็นตัวทุกข์,

อิทัง โข ปะนะ ภิกขะเว ทุกขะสะมุทะโย อะริยะสัจจัง,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ก็อริยสัจคือเหตุให้เกิดทุกข์นี้, มีอยู่,

ยายัง ตัณ์หา, นี้คือตัณหา,

โปโนพภะวิกา, อันเป็นเครื่องทำให้มีการเกิดอีก,

นันทิราคะสะหะคะตา,

อันประกอบอยู่ด้วยความกำหนัด ด้วยอำนาจความเพลิน,

ตัต์ระ ตัต์ราภินันทินี,[๒๕] เป็นเครื่องให้เพลินอย่างยิ่งในอารมณ์นั้น ๆ,

เสยยะถีทัง, ได้แก่ตัณหาเหล่านี้ คือ :-

กามะตัณ์หา, ตัณหาในกาม (รูป รส กลิ่น เสียง เป็นต้น),

ภะวะตัณ์หา, ตัณหาในความมี ความเป็น,

วิภะวะตัณ์หา, ตัณหาในความไม่มี ไม่เป็น,

อิทัง โข ปะนะ ภิกขะเว ทุกขะนิโรโธ อะริยะสัจจัง,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ก็อริยสัจคือความดับไม่เหลือแห่งทุกข์นี้, มีอยู่,

โย ตัสสาเยวะ ตัณ์หายะ อะเสสะวิราคะนิโรโธ,

นี้คือความดับสนิทเพราะจางไปโดยไม่เหลือของตัณหานั้น นั่นเอง,

จาโค, เป็นความสละทิ้ง,

ปะฏินิสสัคโค, เป็นความสลัดคืน,

มุตติ, เป็นความปล่อย,

อะนาละโย, เป็นความทำไม่ให้มีที่อาศัย, ซึ่งตัณหานั้น,

อิทัง โข ปะนะ ภิกขะเว ทุกขะนิโรธะคามินี ปะฏิปะทา อะริยะสัจจัง,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ก็อริยสัจคือข้อปฏิบัติที่ทำสัตว์ให้ลุถึงความดับไม่เหลือแห่งทุกข์นี้, มีอยู่,

---

[๒๕] อ่านว่า **ตัด-ต์ระ ตัด-ต์รา-ภิ-นัน-ทิ-นี** (ต์ ออกเสียงสั้นเป็นครึ่งหนึ่งของเสียง “ตะ”)

อะยะเมวะ อะริโย อัฏฐังคิโก มัคโค,

นี้คือข้อปฏิบัติเป็นหนทางอันประเสริฐ ประกอบด้วยองค์แปดประการ,

เสยยะถีทัง, ได้แก่สิ่งเหล่านี้ คือ :-

สัมมาทิฏฐิ, ความเห็นชอบ,

สัมมาสังกัปโป, ความดำริชอบ,

สัมมาวาจา, การพูดจาชอบ,

สัมมากัมมันโต, การทำการงานชอบ,

สัมมาอาชีโว, การเลี้ยงชีวิตชอบ,

สัมมาวายาโม, ความพากเพียรชอบ,

สัมมาสะติ, ความระลึกชอบ,

สัมมาสะมาธิ, ความตั้งใจมั่นชอบ,

อิทัง ทุกขัง อะริยะสัจจันติ เม ภิกขะเว, ปุพเพ อะนะนุสสุเตสุ ธัมเมสุ, จักขุง อุทะปาทิ, ญาณัง อุทะปาทิ, ปัญญา อุทะปาทิ, วิชชา อุทะปาทิ, อาโลโก อุทะปาทิ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, จักษุเกิดขึ้นแล้วแก่เรา, ญาณเกิดขึ้นแล้วแก่เรา, ปัญญาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา, วิชชาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา, แสงสว่างเกิดขึ้นแล้วแก่เรา, ในธรรมที่เราไม่เคยได้ฟังมาแต่ก่อน, ว่าอริยสัจคือทุกข์ เป็นอย่างนี้ ๆ ดังนี้,

ตัง โข ปะนิทัง ทุกขัง อะริยะสัจจัง ปะริญเญยยันติ,

ว่าก็อริยสัจคือทุกข์นั้นแล เป็นสิ่งที่ควรกำหนดรู้ ดังนี้ ฯ

ตัง โข ปะนิทัง ทุกขัง อะริยะสัจจัง ปะริญญาตันติ,

ว่าก็อริยสัจคือทุกข์นั้นแล เรากำหนดรู้ได้แล้ว ดังนี้ ฯ

อิทัง ทุกขะสะมุทะโย อะริยะสัจจันติ เม ภิกขะเว, ปุพเพ อะนะนุสสุเตสุ ธัมเมสุ, จักขุง อุทะปาทิ, ญาณัง อุทะปาทิ, ปัญญา อุทะปาทิ, วิชชา อุทะปาทิ, อาโลโก อุทะปาทิ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, จักษุเกิดขึ้นแล้วแก่เรา, ญาณเกิดขึ้นแล้วแก่เรา, ปัญญาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา, วิชชาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา, แสงสว่างเกิดขึ้นแล้วแก่เรา, ในธรรมที่เราไม่เคยได้ฟังมาแต่ก่อน, ว่าอริยสัจคือเหตุให้เกิดทุกข์, เป็นอย่างนี้ ๆ ดังนี้,

ตัง โข ปะนิทัง ทุกขะสะมุทะโย อะริยะสัจจัง ปะหาตัพพันติ,

ว่าก็อริยสัจคือเหตุให้เกิดทุกข์นั้นแล เป็นสิ่งที่ควรละเสีย ดังนี้ ฯ

ตัง โข ปะนิทัง ทุกขะสะมุทะโย อะริยะสัจจัง ปะหีนันติ,

ว่าก็อริยสัจคือเหตุให้เกิดทุกข์นั้นแล เราละได้แล้ว ดังนี้ ฯ

อิทัง ทุกขะนิโรโธ อะริยะสัจจันติ เม ภิกขะเว, ปุพเพ อะนะนุสสุเตสุ ธัมเมสุ, จักขุง อุทะปาทิ, ญาณัง อุทะปาทิ, ปัญญา อุทะปาทิ, วิชชา อุทะปาทิ, อาโลโก อุทะปาทิ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, จักษุเกิดขึ้นแล้วแก่เรา, ญาณเกิดขึ้นแล้วแก่เรา, ปัญญาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา, วิชชาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา, แสงสว่างเกิดขึ้นแล้วแก่เรา, ในธรรมที่เราไม่เคยได้ฟังมาแต่ก่อน, ว่าอริยสัจคือความดับไม่เหลือแห่งทุกข์ เป็นอย่างนี้ ๆ ดังนี้,

ตัง โข ปะนิทัง ทุกขะนิโรโธ อะริยะสัจจัง สัจฉิกาตัพพันติ,

ว่าก็อริยสัจคือความดับไม่เหลือแห่งทุกข์นั้นแล เป็นสิ่งที่ควรทำให้แจ้ง ดังนี้ ฯ

ตัง โข ปะนิทัง ทุกขะนิโรโธ อะริยะสัจจัง สัจฉิกะตันติ,

ว่าก็อริยสัจคือความดับไม่เหลือแห่งทุกข์นั้นแล เราได้ทำให้แจ้งแล้ว ดังนี้ ฯ

อิทัง ทุกขะนิโรธะคามินี ปะฏิปะทา อะริยะสัจจันติ เม ภิกขะเว, ปุพเพ อะนะนุสสุเตสุ ธัมเมสุ, จักขุง อุทะปาทิ, ญาณัง อุทะปาทิ, ปัญญา อุทะปาทิ, วิชชา อุทะปาทิ, อาโลโก อุทะปาทิ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, จักษุเกิดขึ้นแล้วแก่เรา, ญาณเกิดขึ้นแล้วแก่เรา, ปัญญาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา, วิชชาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา, แสงสว่างเกิดขึ้นแล้วแก่เรา, ในธรรมที่เราไม่เคยได้ฟังมาแต่ก่อน, ว่าอริยสัจคือข้อปฏิบัติที่ทำสัตว์ให้ลุถึงความดับไม่เหลือแห่งทุกข์ เป็นอย่างนี้ ๆ ดังนี้,

ตัง โข ปะนิทัง ทุกขะนิโรธะคามินี ปะฏิปะทา อะริยะสัจจัง ภาเวตัพพันติ,

ว่าก็อริยสัจคือข้อปฏิบัติที่ทำสัตว์ให้ลุถึงความดับไม่เหลือแห่งทุกข์นั้นแล เป็นสิ่งที่ควรทำให้เกิดมี ดังนี้ ฯ

ตัง โข ปะนิทัง ทุกขะนิโรธะคามินี ปะฏิปะทา อะริยะสัจจัง ภาวิตันติ,

ว่าก็อริยสัจคือข้อปฏิบัติที่ทำสัตว์ให้ลุถึงความดับไม่เหลือแห่งทุกข์นั้นแล เราทำให้เกิดมีได้แล้ว ดังนี้ ฯ

ยาวะกีวัญจะ เม ภิกขะเว, อิเมสุ จะตูสุ อะริยะสัจเจสุ, เอวันติปะริวัฏฏัง ท์วาทะสาการัง ยะถาภูตัง ญาณะทัสสะนัง นะ สุวิสุทธัง อะโหสิ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ปัญญาเครื่องรู้เห็นตามความเป็นจริง, มีปริวัฏฏ์สาม มีอาการสิบสอง เช่นนั้น, ในอริยสัจทั้งสี่เหล่านี้, ยังไม่เป็นของบริสุทธิ์หมดจดด้วยดีแก่เรา อยู่เพียงใด,

เนวะ ตาวาหัง ภิกขะเว สะเทวะเก โลเก สะมาระเก สะพ์รัห์มะเก, สัสสะมะณะพ์ราห์มะณิยา ปะชายะ สะเทวะมะนุสสายะ, อะนุตตะรัง สัมมาสัมโพธิง อะภิสัมพุทโธ ปัจจัญญาสิง,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ตลอดกาลเพียงนั้น, เรายังไม่ปฏิญญาว่าได้ตรัสรู้พร้อมเฉพาะแล้ว, ซึ่งอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณ, ในโลกพร้อมทั้งเทวโลก

มารโลก พรหมโลก, ในหมู่สัตว์พร้อมทั้งสมณพราหมณ์ พร้อมทั้งเทวดาและมนุษย์,

ยะโต จะ โข เม ภิกขะเว, อิเมสุ จะตูสุ อะริยะสัจเจสุ, เอวันติปะริวัฏฏัง ท๎วาทะสาการัง ยะถาภูตัง ญาณะทัสสะนัง สุวิสุทธัง อะโหสิ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, เมื่อใด, ปัญญาเครื่องรู้เห็นตามความเป็นจริง, มีปริวัฏฏ์สาม มีอาการสิบสอง เช่นนั้น, ในอริยสัจทั้งสี่เหล่านี้, เป็นของบริสุทธิ์หมดจดด้วยดีแก่เรา,

อะถาหัง ภิกขะเว สะเทวะเก โลเก สะมาระเก สะพ๎รัห๎มะเก, สัสสะมะณะพ๎ราห๎มะณิยา ปะชายะ สะเทวะมะนุสสายะ, อะนุตตะรัง สัมมาสัมโพธิง อะภิสัมพุทโธ ปัจจัญญาสิง,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, เมื่อนั้น, เราปฏิญญาว่าได้ตรัสรู้พร้อมเฉพาะแล้ว, ซึ่งอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณ, ในโลกพร้อมทั้งเทวโลก มารโลก พรหมโลก, ในหมู่สัตว์พร้อมทั้งสมณพราหมณ์ พร้อมทั้งเทวดาและมนุษย์,

ญาณัญจะ ปะนะ เม ทัสสะนัง อุทะปาทิ,

ก็แล ปัญญาอันรู้เห็นได้เกิดขึ้นแล้วแก่เรา,

อะกุปปา เม วิมุตติ, ว่าความหลุดพ้นของเราไม่กลับกำเริบ,

อะยะมันติมา ชาติ, ความเกิดนี้เป็นความเกิดครั้งสุดท้าย,

นัตถิทานิ ปุนัพภะโวติ, บัดนี้ ความเกิดอีกย่อมไม่มี ดังนี้,

อิทะมะโวจะ ภะคะวา,

พระผู้มีพระภาคเจ้า, ได้ตรัสเทศนานี้แล้ว,

อัตตะมะนา ปัญจะวัคคิยา ภิกขู ภะคะวะโต ภาสิตัง อะภินันทุง,

ภิกษุปัญจวัคคีย์ ก็มีใจยินดี, ชื่นชมในพระภาษิตของพระผู้มีพระภาคเจ้า,

อิมัส์มิญจะ ปะนะ เวยยากะระณัส์มิง ภัญญะมาเน,

ก็แลเมื่อไวยากรณ์นี้ อันพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสอยู่,

อายัส์มะโต โกณฑัญญัสสะ วิระชัง วีตะมะลัง ธัมมะจักขุง อุทะปาทิ,

ธรรมจักษุอันปราศจากธุลี ปราศจากมลทิน, ได้เกิดขึ้นแล้วแก่พระผู้มีอายุโกณฑัญญะ,

ยังกิญจิ สะมุทะยะธัมมัง สัพพันตัง นิโรธะธัมมันติ,

ว่าสิ่งใดสิ่งหนึ่ง มีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดา, สิ่งนั้นทั้งปวง ย่อมมีความดับไปเป็นธรรมดา,

ปะวัตติเต จะ ภะคะวะตา ธัมมะจักเก, ภุมมา เทวา สัททะมะนุสสาเวสุง, เอตัมภะคะวะตา พาราณะสิยัง อิสิปะตะเน มิคะทาเย, อะนุตตะรัง ธัมมะจักกัง ปะวัตติตัง, อัปปะฏิวัตติยัง สะมะเณนะ วา พ์ราห์มะเณนะ วา เทเวนะ วา, มาเรนะ วา พ์รัห์มุนา วา เกนะจิ วา โลกัส์มินติ,

ก็ครั้นเมื่อธรรมจักร, อันพระผู้มีพระภาคเจ้าให้เป็นไปแล้ว, เหล่าภุมมเทวดา ก็ยังเสียงให้บันลือลั่น, ว่านั้นจักรคือธรรม ไม่มีจักรอื่นยิ่งกว่า, อันพระผู้มีพระภาคเจ้า ให้เป็นไปแล้ว ที่ป่าอิสิปตนมฤคทายวันใกล้พระนครพาราณสี, อันสมณพราหมณ์ เทวดา มาร พรหม และใคร ๆ ในโลก ยังให้เป็นไปไม่ได้ ดังนี้,

ฯลฯ

อะถะโข ภะคะวา อุทานัง อุทาเนสิ,

ลำดับนั้นแล พระผู้มีพระภาคเจ้า ได้ทรงเปล่งอุทานว่า,

อัญญาสิ วะตะ โภ โกณฑัญโญ, อัญญาสิ วะตะ โภ โกณฑัญโญติ,

โกณฑัญญะได้รู้แล้วหนอ ผู้เจริญโกณฑัญญะได้รู้แล้วหนอ,

อิติหิทัง อายัส๎มะโต โกณฑัญญัสสะ, อัญญาโกณฑัญโญเต๎ววะ[๒๖] นามัง, อะโหสีติ.

เพราะเหตุนี้ นามว่าอัญญาโกณฑัญญะนี้นั่นเทียว, ได้มีมาแล้ว แก่พระผู้มีอายุโกณฑัญญะ, ด้วยประการฉะนี้แล.

๓. อนัตตลักขณสูตร

(หันทะ มะยัง อะนัตตะลักขณะสุตตะปาฐัง ภะณามะ เส.)

เอวัมเม สุตัง, ข้าพเจ้า (คือพระอานนท์เถระ) ได้สดับมาแล้วอย่างนี้,

เอกัง สะมะยัง ภะคะวา, พาราณะสิยัง วิหะระติ อิสิปะตะเน มิคะทาเย,

สมัยหนึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้า ประทับอยู่ ณ ป่าอิสิปตนฤคทายวัน, ใกล้พระนครพาราณสี,

ตัต๎ระ โข ภะคะวา ปัญจะวัคคิเย ภิกขู อามันเตสิ,

ณ ที่นั้นแล พระผู้มีพระภาคเจ้า, ตรัสเรียกภิกษุปัญจวัคคีย์ มาแล้วตรัสว่า,

รูปัง ภิกขะเว อะนัตตา,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, รูป (คือร่างกายนี้) มิใช่ตัวตน,

รูปัญจะ หิทัง ภิกขะเว อัตตา อะภะวิสสะ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ก็ถ้ารูปนี้ จักได้เป็นตัวตนแล้วไซร้,

นะยิทัง รูปัง อาพาธายะ สังวัตเตยยะ,

รูปนี้ ก็ไม่พึงเป็นไปเพื่ออาพาธ (ความลำบาก),

ลัพเภถะ จะ รูเป, อนึ่ง สัตว์พึงได้ในรูปตามใจหวัง,

เอวัง เม รูปัง โหตุ, เอวัง เม รูปัง มา อะโหสีติ,

ว่ารูปของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิด, รูปของเรา อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย,

---

[๒๖] อ่านว่า **ต๎เว-วะ** (ต๎ ออกเสียงสั้นเป็นครึ่งหนึ่งของเสียง “ตะ”)

ยัส์มา[๒๗] จะ โข ภิกขะเว รูปัง อะนัตตา,

ก็เพราะเหตุใดแล ภิกษุทั้งหลาย รูปจึงไม่ใช่ตัวตน,

ตัส์มา[๒๘] รูปัง อาพาธายะ สังวัตตะติ, เพราะเหตุนั้น รูปจึงเป็นไปเพื่ออาพาธ,

นะ จะ ลัพภะติ รูเป, อนึ่ง สัตว์ย่อมไม่ได้ในรูปตามใจหวัง,

เอวัง เม รูปัง โหตุ, เอวัง เม รูปัง มา อะโหสีติ,

ว่ารูปของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิด, รูปของเรา อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย,

เวทะนา อะนัตตา, เวทนา (คือความรู้สึกอารมณ์) ไม่ใช่ตัวตน,

เวทะนา จะ หิทัง ภิกขะเว อัตตา อะภะวิสสะ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ก็ถ้าเวทนานี้ จักได้เป็นตัวตนแล้วไซร้,

นะยิทัง เวทะนา อาพาธายะ สังวัตเตยยะ,

เวทนานี้ ก็ไม่พึงเป็นไปเพื่ออาพาธ,

ลัพเภถะ จะ เวทะนายะ, อนึ่ง สัตว์พึงได้ในเวทนาตามใจหวัง,

เอวัง เม เวทะนา โหตุ, เอวัง เม เวทะนา มา อะโหสีติ,

ว่าเวทนาของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิด, เวทนาของเรา อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย,

ยัส์มา จะ โข ภิกขะเว เวทะนา อะนัตตา,

ก็เพราะเหตุใดแล ภิกษุทั้งหลาย เวทนาจึงไม่ใช่ตัวตน,

ตัส์มา เวทะนา อาพาธายะ สังวัตตะติ,

เพราะเหตุนั้น เวทนาจึงเป็นไปเพื่ออาพาธ,

นะ จะ ลัพภะติ เวทะนายะ, อนึ่ง สัตว์ย่อมไม่ได้ในเวทนาตามใจหวัง,

เอวัง เม เวทะนา โหตุ, เอวัง เม เวทะนา มา อะโหสีติ,

ว่าเวทนาของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิด, เวทนาของเรา อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย,

---

[๒๗] อ่านว่า **ยัส-ส์ม๋า** (ส์ ออกเสียงสั้นเป็นครึ่งหนึ่งของเสียง “สะ”)

[๒๘] อ่านว่า **ตัส-ส์ม๋า** (ส์ ออกเสียงสั้นเป็นครึ่งหนึ่งของเสียง “สะ”)

สัญญา อะนัตตา, สัญญา (คือความจำ) ไม่ใช่ตัวตน,

สัญญา จะ หิทัง ภิกขะเว อัตตา อะภะวิสสะ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ก็ถ้าสัญญานี้ จักได้เป็นตัวตนแล้วไซร้,

นะยิทัง สัญญา อาพาธายะ สังวัตเตยยะ, สัญญานี้ ก็ไม่พึงเป็นไปเพื่ออาพาธ,

ลัพเภถะ จะ สัญญายะ, อนึ่ง สัตว์พึงได้ในสัญญาตามใจหวัง,

เอวัง เม สัญญา โหตุ, เอวัง เม สัญญา มา อะโหสีติ,

ว่าสัญญาของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิด, สัญญาของเรา อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย,

ยัส์มา จะ โข ภิกขะเว สัญญา อะนัตตา,

ก็เพราะเหตุใดแล ภิกษุทั้งหลาย สัญญาจึงไม่ใช่ตัวตน,

ตัส์มา สัญญา อาพาธายะ สังวัตตะติ,

เพราะเหตุนั้น สัญญาจึงเป็นไปเพื่ออาพาธ,

นะ จะ ลัพภะติ สัญญายะ, อนึ่ง สัตว์ย่อมไม่ได้ในสัญญาตามใจหวัง,

เอวัง เม สัญญา โหตุ, เอวัง เม สัญญา มา อะโหสีติ,

ว่าสัญญาของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิด, สัญญาของเรา อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย,

สังขารา อะนัตตา, สังขาร (คือการปรุงแต่ง) ไม่ใช่ตัวตน,

สังขารา จะ หิทัง ภิกขะเว อัตตา อะภะวิสสังสุ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ก็ถ้าสังขารนี้ จักได้เป็นตัวตนแล้วไซร้,

นะยิทัง สังขารา อาพาธายะ สังวัตเตยยุง,

สังขารนี้ ก็ไม่พึงเป็นไปเพื่ออาพาธ,

ลัพเภถะ จะ สังขาเรสุ, อนึ่ง สัตว์พึงได้ในสังขารตามใจหวัง,

เอวัง เม สังขารา โหนตุ, เอวัง เม สังขารา มา อะเหสุนติ,

ว่าสังขารของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิด, สังขารของเรา อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย,

ยัส์มา จะ โข ภิกขะเว สังขารา อะนัตตา,

ก็เพราะเหตุใดแล ภิกษุทั้งหลาย สังขารจึงไม่ใช่ตัวตน,

ตัส์มา สังขารา อาพาธายะ สังวัตตันติ,

เพราะเหตุนั้น สังขารจึงเป็นไปเพื่ออาพาธ,

นะ จะ ลัพภะติ สังขาเรสุ, อนึ่ง สัตว์ย่อมไม่ได้ในสังขารตามใจหวัง,

เอวัง เม สังขารา โหนตุ, เอวัง เม สังขารา มา อะเหสุนติ,

ว่าสังขารของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิด, สังขารของเรา อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย,

วิญญาณัง อะนัตตา, วิญญาณ (คือความรู้แจ้งอารมณ์) ไม่ใช่ตัวตน,

วิญญาณัญจะ หิทัง ภิกขะเว อัตตา อะภะวิสสะ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ก็ถ้าวิญญาณนี้ จักได้เป็นตัวตนแล้วไซร้,

นะยิทัง วิญญาณัง อาพาธายะ สังวัตเตยยะ,

วิญญาณนี้ ก็ไม่พึงเป็นไปเพื่ออาพาธ,

ลัพเภถะ จะ วิญญาเณ, อนึ่ง สัตว์พึงได้ในวิญญาณตามใจหวัง,

เอวัง เม วิญญาณัง โหตุ, เอวัง เม วิญญาณัง มา อะโหสีติ,

ว่าวิญญาณของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิด, วิญญาณของเรา อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย,

ยัส์มา จะ โข ภิกขะเว วิญญาณัง อะนัตตา,

ก็เพราะเหตุใดแล ภิกษุทั้งหลาย วิญญาณจึงไม่ใช่ตัวตน,

ตัส์มา วิญญาณัง อาพาธายะ สังวัตตะติ,

เพราะเหตุนั้น วิญญาณจึงเป็นไปเพื่ออาพาธ,

นะ จะ ลัพภะติ วิญญาเณ, อนึ่ง สัตว์ย่อมไม่ได้ในวิญญาณตามใจหวัง,

เอวัง เม วิญญาณัง โหตุ, เอวัง เม วิญญาณัง มา อะโหสีติ,

ว่าวิญญาณของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิด, วิญญาณของเรา อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย,

ตัง กิง มัญญะถะ ภิกขะเว, ภิกษุทั้งหลาย จะสำคัญความนั้นเป็นไฉน,

รูปัง นิจจัง วา อะนิจจัง วาติ, รูปเที่ยงหรือไม่เที่ยง ?

อะนิจจัง ภันเต, ไม่เที่ยง พระเจ้าข้า,

ยัมปะนานิจจัง ทุกขัง วา ตัง สุขัง วาติ,
ก็สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์หรือสุขเล่า ?
ทุกขัง ภันเต, เป็นทุกข์ พระเจ้าข้า,
ยัมปะนานิจจัง ทุกขัง วิปะริณามะธัมมัง,
ก็สิ่งใดไม่เที่ยงเป็นทุกข์ มีความแปรปรวนไปเป็นธรรมดา,
กัลลัง นุ ตัง สะมะนุปัสสิตุง, ควรหรือเพื่อจะตามเห็นสิ่งนั้น,
เอตัง มะมะ เอโสหะมัส์มิ เอโส เม อัตตาติ,
ว่านั่นของเรา นั่นเป็นเรา นั่นเป็นตัวตนของเรา ?
โน เหตัง ภันเต, ไม่ควรเห็นอย่างนั้น พระเจ้าข้า,

ตัง กิง มัญญะถะ ภิกขะเว, ภิกษุทั้งหลาย จะสำคัญความนั้นเป็นไฉน,
เวทะนา นิจจา วา อะนิจจา วาติ, เวทนาเที่ยงหรือไม่เที่ยง ?
อะนิจจา ภันเต, ไม่เที่ยง พระเจ้าข้า,
ยัมปะนานิจจัง ทุกขัง วา ตัง สุขัง วาติ,
ก็สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์หรือสุขเล่า ?
ทุกขัง ภันเต, เป็นทุกข์ พระเจ้าข้า,
ยัมปะนานิจจัง ทุกขัง วิปะริณามะธัมมัง,
ก็สิ่งใดไม่เที่ยงเป็นทุกข์ มีความแปรปรวนไปเป็นธรรมดา,
กัลลัง นุ ตัง สะมะนุปัสสิตุง, ควรหรือเพื่อจะตามเห็นสิ่งนั้น,
เอตัง มะมะ เอโสหะมัส์มิ เอโส เม อัตตาติ,
ว่านั่นของเรา นั่นเป็นเรา นั่นเป็นตัวตนของเรา ?
โน เหตัง ภันเต, ไม่ควรเห็นอย่างนั้น พระเจ้าข้า,

ตัง กิง มัญญะถะ ภิกขะเว, ภิกษุทั้งหลาย จะสำคัญความนั้นเป็นไฉน,
สัญญา นิจจา วา อะนิจจา วาติ, สัญญาเที่ยงหรือไม่เที่ยง ?

อะนิจจา ภันเต, ไม่เที่ยง พระเจ้าข้า,

ยัมปะนานิจจัง ทุกขัง วา ตัง สุขัง วาติ,

ก็สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์หรือสุขเล่า ?

ทุกขัง ภันเต, เป็นทุกข์ พระเจ้าข้า,

ยัมปะนานิจจัง ทุกขัง วิปะริณามะธัมมัง,

ก็สิ่งใดไม่เที่ยงเป็นทุกข์ มีความแปรปรวนไปเป็นธรรมดา,

กัลลัง นุ ตัง สะมะนุปัสสิตุง, ควรหรือเพื่อจะตามเห็นสิ่งนั้น,

เอตัง มะมะ เอโสหะมัส์มิ เอโส เม อัตตาติ,

ว่านั่นของเรา นั่นเป็นเรา นั่นเป็นตัวตนของเรา ?

โน เหตัง ภันเต, ไม่ควรเห็นอย่างนั้น พระเจ้าข้า,

ตัง กิง มัญญะถะ ภิกขะเว, ภิกษุทั้งหลาย จะสำคัญความนั้นเป็นไฉน,

สังขารา นิจจา วา อะนิจจา วาติ, สังขารทั้งหลาย เที่ยงหรือไม่เที่ยง ?

อะนิจจา ภันเต, ไม่เที่ยง พระเจ้าข้า,

ยัมปะนานิจจัง ทุกขัง วา ตัง สุขัง วาติ,

ก็สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์หรือสุขเล่า ?

ทุกขัง ภันเต, เป็นทุกข์ พระเจ้าข้า,

ยัมปะนานิจจัง ทุกขัง วิปะริณามะธัมมัง,

ก็สิ่งใดไม่เที่ยงเป็นทุกข์ มีความแปรปรวนไปเป็นธรรมดา,

กัลลัง นุ ตัง สะมะนุปัสสิตุง, ควรหรือเพื่อจะตามเห็นสิ่งนั้น,

เอตัง มะมะ เอโสหะมัส์มิ เอโส เม อัตตาติ,

ว่านั่นของเรา นั่นเป็นเรา นั่นเป็นตัวตนของเรา ?

โน เหตัง ภันเต, ไม่ควรเห็นอย่างนั้น พระเจ้าข้า,

ตัง กิง มัญญะถะ ภิกขะเว, ภิกษุทั้งหลาย จะสำคัญความนั้นเป็นไฉน,

วิญญาณัง นิจจัง วา อะนิจจัง วาติ, วิญญาณเที่ยงหรือไม่เที่ยง ?

อะนิจจัง ภันเต, ไม่เที่ยง พระเจ้าข้า,

ยัมปะนานิจจัง ทุกขัง วา ตัง สุขัง วาติ,

ก็สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์หรือสุขเล่า ?

ทุกขัง ภันเต, เป็นทุกข์ พระเจ้าข้า,

ยัมปะนานิจจัง ทุกขัง วิปะริณามะธัมมัง,

ก็สิ่งใดไม่เที่ยงเป็นทุกข์ มีความแปรปรวนไปเป็นธรรมดา,

กัลลัง นุ ตัง สะมะนุปัสสิตุง, ควรหรือเพื่อจะตามเห็นสิ่งนั้น,

เอตัง มะมะ เอโสหะมัส์มิ เอโส เม อัตตาติ,

ว่านั่นของเรา นั่นเป็นเรา นั่นเป็นตัวตนของเรา ?

โน เหตัง ภันเต, ไม่ควรเห็นอย่างนั้น พระเจ้าข้า,

ตัส์มาติหะ ภิกขะเว, เพราะเหตุนั้นแล ภิกษุทั้งหลาย,

ยังกิญจิ รูปัง, รูปอย่างใดอย่างหนึ่ง,

อะตีตานาคะตะปัจจุปปันนัง, ที่เป็นอดีตก็ตาม อนาคตก็ตาม ปัจจุบันก็ตาม,

อัชฌัตตัง วา พะหิทธา วา, เป็นภายใน หรือภายนอก,

โอฬาริกัง วา สุขุมัง วา, หยาบ หรือละเอียด,

หีนัง วา ปะณีตัง วา, เลว หรือประณีต,

ยัง ทูเร วา สันติเก วา, ทั้งที่อยู่ในที่ไกล หรือที่ใกล้,

สัพพัง รูปัง, รูปทั้งหมดก็เป็นสักว่า รูป,

เนตัง มะมะ เนโสหะมัส์มิ นะ เมโส อัตตาติ,

นั่นไม่ใช่ของเรา นั่นไม่เป็นเรา นั่นไม่ใช่ตัวตนของเรา ดังนี้,

เอวะเมตัง ยะถาภูตัง สัมมัปปัญญายะ ทัฏฐัพพัง,

เธอทั้งหลาย พึงเห็นด้วยปัญญาอันชอบ, ตามเป็นจริงแล้วอย่างนั้น,

ยา กาจิ เวทะนา, เวทนาอย่างใดอย่างหนึ่ง,
อะตีตานาคะตะปัจจุปปันนา, ที่เป็นอดีตก็ตาม อนาคตก็ตาม ปัจจุบันก็ตาม,
อัชฌัตตา วา พะหิทธา วา, เป็นภายใน หรือภายนอก,
โอฬาริกา วา สุขุมา วา, หยาบ หรือละเอียด,
หีนา วา ปะณีตา วา, เลว หรือประณีต,
ยา ทูเร วา สันติเก วา, ทั้งที่อยู่ในที่ไกล หรือที่ใกล้,
สัพพา เวทะนา, เวทนาทั้งหมดก็เป็นสักว่า เวทนา,
เนตัง มะมะ เนโสหะมัส์มิ นะ เมโส อัตตาติ,
นั่นไม่ใช่ของเรา นั่นไม่เป็นเรา นั่นไม่ใช่ตัวตนของเรา ดังนี้,
เอวะเมตัง ยะถาภูตัง สัมมัปปัญญายะ ทัฏฐัพพัง,
เธอทั้งหลาย พึงเห็นด้วยปัญญาอันชอบ, ตามเป็นจริงแล้วอย่างนั้น,

ยา กาจิ สัญญา, สัญญาอย่างใดอย่างหนึ่ง,
อะตีตานาคะตะปัจจุปปันนา, ที่เป็นอดีตก็ตาม อนาคตก็ตาม ปัจจุบันก็ตาม,
อัชฌัตตา วา พะหิทธา วา, เป็นภายใน หรือภายนอก,
โอฬาริกา วา สุขุมา วา, หยาบ หรือละเอียด,
หีนา วา ปะณีตา วา, เลว หรือประณีต,
ยา ทูเร วา สันติเก วา, ทั้งที่อยู่ในที่ไกล หรือที่ใกล้,
สัพพา สัญญา, สัญญาทั้งหมดก็เป็นสักว่า สัญญา,
เนตัง มะมะ เนโสหะมัส์มิ นะ เมโส อัตตาติ,
นั่นไม่ใช่ของเรา นั่นไม่เป็นเรา นั่นไม่ใช่ตัวตนของเรา ดังนี้,
เอวะเมตัง ยะถาภูตัง สัมมัปปัญญายะ ทัฏฐัพพัง,
เธอทั้งหลาย พึงเห็นด้วยปัญญาอันชอบ, ตามเป็นจริงแล้วอย่างนั้น,

เย เกจิ สังขารา, สังขารทั้งหลาย เหล่าใดเหล่าหนึ่ง,
อะตีตานาคะตะปัจจุปปันนา, ที่เป็นอดีตก็ตาม อนาคตก็ตาม ปัจจุบันก็ตาม,
อัชฌัตตา วา พะหิทธา วา, เป็นภายใน หรือภายนอก,
โอฬาริกา วา สุขุมา วา, หยาบ หรือละเอียด,
หีนา วา ปะณีตา วา, เลว หรือประณีต,
เย ทูเร วา สันติเก วา, ทั้งที่อยู่ในที่ไกล หรือที่ใกล้,
สัพเพ สังขารา, สังขารทั้งหลายทั้งหมดก็เป็นสักว่า สังขาร,
เนตัง มะมะ เนโสหะมัส์มิ นะ เมโส อัตตาติ,
นั่นไม่ใช่ของเรา นั่นไม่เป็นเรา นั่นไม่ใช่ตัวตนของเรา ดังนี้,
เอวะเมตัง ยะถาภูตัง สัมมัปปัญญายะ ทัฏฐัพพัง,
เธอทั้งหลาย พึงเห็นด้วยปัญญาอันชอบ, ตามเป็นจริงแล้วอย่างนั้น,

ยังกิญจิ วิญญาณัง, วิญญาณอย่างใดอย่างหนึ่ง,
อะตีตานาคะตะปัจจุปปันนัง, ที่เป็นอดีตก็ตาม อนาคตก็ตาม ปัจจุบันก็ตาม,
อัชฌัตตัง วา พะหิทธา วา, เป็นภายใน หรือภายนอก,
โอฬาริกัง วา สุขุมัง วา, หยาบ หรือละเอียด,
หีนัง วา ปะณีตัง วา, เลว หรือประณีต,
ยัง ทูเร วา สันติเก วา, ทั้งที่อยู่ในที่ไกล หรือที่ใกล้,
สัพพัง วิญญาณัง, วิญญาณทั้งหมดก็เป็นสักว่า วิญญาณ,
เนตัง มะมะ เนโสหะมัส์มิ นะ เมโส อัตตาติ,
นั่นไม่ใช่ของเรา นั่นไม่เป็นเรา นั่นไม่ใช่ตัวตนของเรา ดังนี้,
เอวะเมตัง ยะถาภูตัง สัมมัปปัญญายะ ทัฏฐัพพัง,
เธอทั้งหลาย พึงเห็นด้วยปัญญาอันชอบ, ตามเป็นจริงแล้วอย่างนั้น,

เอวัง ปัสสัง ภิกขะเว สุต์วา อะริยะสาวะโก,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, อริยสาวกผู้ได้สดับแล้ว เห็นอยู่อย่างนี้,

รูปัส์มิงปิ นิพพินทะติ, ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในรูป,

เวทะนายะปิ นิพพินทะติ, ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในเวทนา,

สัญญายะปิ นิพพินทะติ, ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในสัญญา,

สังขาเรสุปิ นิพพินทะติ, ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในสังขาร,

วิญญาณัส์มิงปิ นิพพินทะติ, ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในวิญญาณ,

นิพพินทัง วิรัชชะติ, เมื่อเบื่อหน่าย ย่อมคลายกำหนัด,

วิราคา วิมุจจะติ, เพราะคลายกำหนัด จิตจึงหลุดพ้น,

วิมุตตัส์มิง วิมุตตะมิติ ญาณัง โหติ,

เมื่อจิตหลุดพ้นแล้ว ย่อมเกิดญาณรู้ว่า หลุดพ้นแล้ว ดังนี้,

ขีณา ชาติ วุสิตัง พ์รัห์มจะริยัง กะตัง กะระณียัง, นาปะรัง อิตถัตตายาติ ปะชานาตีติ,

อริยสาวกนั้น ย่อมรู้ชัดว่า ชาติสิ้นแล้ว, พรหมจรรย์อยู่จบแล้ว, กิจที่ควรทำ, ได้ทำสำเร็จแล้ว, กิจอื่นอีก เพื่อความเป็นอย่างนี้ มิได้มี,

อิทะมะโวจะ ภะคะวา,

พระผู้มีพระภาคเจ้า, ได้ตรัสธรรมปริยายอันนี้แล้ว,

อัตตะมะนา ปัญจะวัคคิยา ภิกขู ภะคะวะโต ภาสิตัง อะภินันทุง,

ภิกษุปัญจวัคคีย์ ต่างมีใจยินดี, ชื่นชมในพระภาษิตของพระผู้มีพระภาคเจ้า,

อิมัส์มิญจะ ปะนะ เวยยากะระณัส์มิง ภัญญะมาเน,

ก็แหละเมื่อไวยากรณ์นี้ อันพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสอยู่,

ปัญจะวัคคิยานัง ภิกขูนัง อะนุปาทายะ อาสะเวหิ จิตตานิ วิมุจจิงสูติ.

ภิกษุปัญจวัคคีย์ ก็มีจิตหลุดพ้นจากอาสวะ, ไม่ยึดมั่นถือมั่น ด้วยอุปาทาน, ดังนี้แล.

๔. มหาสติปัฏฐานสูตร (เฉพาะหมวดกาย บางหมวด)

(หันทะ มะยัง มหาสะติปัฏฐานะปาฐัง ภะนามะ เส.)

เอวัมเม สุตัง, ข้าพเจ้า (คือพระอานนท์เถระ) ได้สดับมาแล้วอย่างนี้,

เอกัง สะมะยัง ภะคะวา กุรูสุ วิหะระติ, กัมมาสะธัมมัง นามะ กุรูนัง นิคะโม,

สมัยหนึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้า ประทับอยู่ในหมู่ชนชาวกุรุ, มีนิคมของหมู่ชนชาวกุรุ ชื่อกัมมาสธัมมะ,

ตัต์ระ[๒๙] โข ภะคะวา ภิกขู อามันเตสิ ภิกขะโวติ,

ณ ที่นั้นแล พระผู้มีพระภาคเจ้า, ตรัสเรียกภิกษุทั้งหลาย ดังนี้,

ภะทันเตติ เต ภิกขู ภะคะวะโต ปัจจัสโสสุง,

ภิกษุเหล่านั้น, ทูลรับพระผู้มีพระภาคว่า พระพุทธเจ้าข้า,

ภะคะวา เอตะทะโวจะ,

พระผู้มีพระภาคเจ้า, จึงตรัสพระภาษิต ดังนี้ว่า,

เอกายะโน อะยัง ภิกขะเว มัคโค สัตตานัง วิสุทธิยา,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, หนทางนี้ที่เป็นไปอันเอก เพื่อความบริสุทธิ์ของสัตว์ทั้งหลาย,

โสกะปะริเทวานัง สะมะติกกะมายะ, เพื่อล่วงซึ่งความโศก ความร่ำไรรำพัน,

ทุกขะโทมะนัสสานัง อัตถังคะมายะ, เพื่อความดับไปแห่งทุกข์และโทมนัส,

ญายัสสะ อะธิคะมายะ, เพื่อบรรลุญายธรรม (คือ อริยมรรค),

นิพพานัสสะ สัจฉิกิริยายะ, เพื่อกระทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน,

ยะทิทัง จัตตาโร สะติปัฏฐานา,

หนทางนี้ คือสติปัฏฐาน (ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ) ๔ ประการ,

---

[๒๙] อ่านว่า **ตัต-ต์ระ** (ต์ ออกเสียงสั้นเป็นครึ่งหนึ่งของเสียง “ตะ”)

กะตะเม จัตตาโร,

สติปัฏฐาน ๔ ประการ คืออะไรเล่า ?

อิธะ ภิกขะเว ภิกขุ กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ภิกษุในธรรมวินัยนี้, ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นกายในกายอยู่เป็นประจำ,

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา, วิเนยยะ โลเก อะภิชฌาโทมะนัสสัง,

มีความเพียรเครื่องเผากิเลส, มีสัมปชัญญะ มีสติ, ถอนความพอใจและความไม่พอใจ ในโลกออกเสียได้,

เวทะนาสุ เวทะนานุปัสสี วิหะระติ,

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่เป็นประจำ,

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา, วิเนยยะ โลเก อะภิชฌาโทมะนัสสัง,

มีความเพียรเครื่องเผากิเลส, มีสัมปชัญญะ มีสติ, ถอนความพอใจและความไม่พอใจ ในโลกออกเสียได้,

จิตเต จิตตานุปัสสี วิหะระติ,

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่เป็นประจำ,

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา, วิเนยยะ โลเก อะภิชฌาโทมะนัสสัง,

มีความเพียรเครื่องเผากิเลส, มีสัมปชัญญะ มีสติ, ถอนความพอใจและความไม่พอใจ ในโลกออกเสียได้,

ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหะระติ,

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่เป็นประจำ,

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา, วิเนยยะ โลเก อะภิชฌาโทมะนัสสัง.

มีความเพียรเครื่องเผากิเลส, มีสัมปชัญญะ มีสติ, ถอนความพอใจและความไม่พอใจ ในโลกออกเสียได้.

อิริยาปถปัพพะ (หมวดพิจารณาอิริยาบถ)

ปุนะ จะปะรัง ภิกขะเว ภิกขุ, ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, อีกข้อหนึ่ง,
คัจฉันโต วา คัจฉามีติ ปะชานาติ, เมื่อเดินอยู่ ก็รู้ชัดว่า เราเดิน,
ฐิโต วา ฐิโตมฺหีติ[๓๐] ปะชานาติ, เมื่อยืน ก็รู้ชัดว่า เรายืน,
นิสินโน วา นิสินโนมฺหีติ ปะชานาติ, เมื่อนั่ง ก็รู้ชัดว่า เรานั่ง,
สะยาโน วา สะยาโนมฺหีติ ปะชานาติ, เมื่อนอน ก็รู้ชัดว่า เรานอน,

ยะถา ยะถา วา ปะนัสสะ กาโย ปะณิหิโต โหติ,
อนึ่ง เมื่อเธอนั้น, เป็นผู้ตั้งกายไว้แล้ว อาการอย่างใด ๆ,
ตะถา ตะถา นัมปะชานาติ,
ก็ย่อมรู้ชัดอาการกายนั้น อย่างนั้น ๆ,
อิติ อัชฌัตตัง วา กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,
ฉะนี้แล ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายในบ้าง,
พะหิทธา วา กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,
ย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายนอกบ้าง,
อัชฌัตตะพะหิทธา วา กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,
ย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย ทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง,
สะมุทะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสฺมิง วิหะระติ,
ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเกิดขึ้นในกายบ้าง,
วะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสฺมิง วิหะระติ,
ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเสื่อมไปในกายบ้าง,
สะมุทะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสฺมิง วิหะระติ,
ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความเสื่อมไปในกายบ้าง,

---

[๓๐] อ่านว่า **ฐิ-โตม-มฺฮี-ติ** (มฺ ออกเสียงสั้นเป็นครึ่งหนึ่งของเสียง “มะ”)

อัตถิ กาโยติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปัฏฐิตา โหติ,

อีกอย่างหนึ่ง, สติของเธอตั้งมั่นอยู่ว่า กายมีอยู่,

ยาวะเทวะ ญาณะมัตตายะ, เพียงสักว่าเป็นที่รู้,

ปะฏิสสะติมัตตายะ, เพียงสักว่าเป็นที่อาศัยระลึก,

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ, เธอย่อมไม่ติดอยู่ด้วย,

นะ จะ กิญจิ โลเก อุปาทิยะติ, ย่อมไม่ติดยึดอะไร ๆ ในโลกด้วย,

เอวัมปิ โข ภิกขะเว ภิกขุ กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกายอยู่เป็นประจำ, อย่างนี้แล.

สัมปชัญญะปัพพะ (หมวดพิจารณาสัมปชัญญะ)

ปุนะ จะปะรัง ภิกขะเว ภิกขุ, ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, อีกข้อหนึ่ง,

อะภิกกันเต ปะฏิกกันเต สัมปะชานะการี โหติ,

ย่อมทำความรู้สึกตัว (ทั่วพร้อม) ในการก้าวไปข้างหน้า และถอยกลับมาข้างหลัง,

อาโลกิเต วิโลกิเต สัมปะชานะการี โหติ,

ย่อมทำความรู้สึกตัว ในการแลไปข้างหน้า และเหลียวไปข้างซ้าย ข้างขวา,

สัมมิญชิเต ปะสาริเต สัมปะชานะการี โหติ,

ย่อมทำความรู้สึกตัว ในการคู้อวัยวะเข้า เหยียดอวัยวะออก,

สังฆาฏิปัตตะจีวะระธาระเณ สัมปะชานะการี โหติ,

ย่อมทำความรู้สึกตัว ในการทรงผ้าสังฆาฏิ บาตร และจีวร,

อะสิเต ปีเต ขายิเต สายิเต สัมปะชานะการี โหติ,

ย่อมทำความรู้สึกตัว ในการกิน ดื่ม เคี้ยว และลิ้ม,

อุจจาระปัสสาวะกัมเม สัมปะชานะการี โหติ,

ย่อมทำความรู้สึกตัว ในการถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ,

คะเต ฐิเต นิสินเน สุตเต ชาคะริเต ภาสิเต ตุณ์หีภาเว[๓๑] สัมปะชานะการี โหติ,

ย่อมทำความรู้สึกตัว ในการเดิน ยืน นั่ง หลับ ตื่น พูด และความนิ่ง,

อิติ อัชฌัตตัง วา กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,

ฉะนี้แล ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายในบ้าง,

พะหิทธา วา กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,

ย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายนอกบ้าง,

อัชฌัตตะพะหิทธา วา กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,

ย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย ทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง,

สะมุทะยะธัมมานุปัสสี วา กายัส์มิง วิหะระติ,

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเกิดขึ้นในกายบ้าง,

วะยะธัมมานุปัสสี วา กายัส์มิง วิหะระติ,

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเสื่อมไปในกายบ้าง,

สะมุทะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา กายัส์มิง วิหะระติ,

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความเสื่อมไปในกายบ้าง,

อัตถิ กาโยติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปัฏฐิตา โหติ,

อีกอย่างหนึ่ง, สติของเธอตั้งมั่นอยู่ว่า กายมีอยู่,

ยาวะเทวะ ญาณะมัตตายะ, เพียงสักว่าเป็นที่รู้,

ปะฏิสสะติมัตตายะ, เพียงสักว่าเป็นที่อาศัยระลึก,

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ, เธอย่อมไม่ติดอยู่ด้วย,

นะ จะ กิญจิ โลเก อุปาทิยะติ, ย่อมไม่ติดยึดอะไร ๆ ในโลกด้วย,

เอวัมปิ โข ภิกขะเว ภิกขุ กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกายอยู่เป็นประจำ, อย่างนี้แล.

---

[๓๑] อ่านว่า **ตุณ-ณ์ฮี-ภา-เว** (ณ์ ออกเสียงสั้นเป็นครึ่งหนึ่งของเสียง “ณะ”)

๕. บทพระอภิธรรม ๗ คัมภีร์

พระสังคิณี

กุสะลา ธัมมา, ธรรมทั้งหลายที่เป็นกุศล,

อะกุสะลา ธัมมา, ธรรมทั้งหลายที่เป็นอกุศล,

อัพ๎ยากะตา ธัมมา, ธรรมทั้งหลายที่เป็นอัพยากฤต,

กะตะเม ธัมมา กุสะลา, ธรรมเหล่าใดเป็นกุศล ?

ยัส๎มิง สะมะเย, ในสมัยใด,

กามาวะจะรัง กุสะลัง จิตตัง อุปปันนัง โหติ โสมะนัสสะสะหะคะตัง,

กามาวจรกุศลจิตที่ร่วมด้วยโสมนัส คือความยินดี,

ญาณะสัมปะยุตตัง,

ประกอบด้วยญาณ คือปัญญาเกิดขึ้น ปรารภอารมณ์ใด ๆ,

รูปารัมมะณัง วา, อารมณ์ทางรูป ก็ดี,

สัททารัมมะณัง วา, อารมณ์ทางเสียง ก็ดี,

คันธารัมมะณัง วา, อารมณ์ทางกลิ่น ก็ดี,

ระสารัมมะณัง วา, อารมณ์ทางรส ก็ดี,

โผฏฐัพพารัมมะณัง วา, อารมณ์สัมผัสทางกาย ก็ดี,

ธัมมารัมมะณัง วา, อารมณ์ทางใจ ก็ดี,

ยัง ยัง วา ปะนารัพภะ ตัส๎มิง สะมะเย ผัสโส โหติ อะวิกเขโป โหติ,

ในสมัยนั้น ผัสสะและความไม่ฟุ้งซ่านย่อมมี,

เย วา ปะนะ ตัส๎มิง สะมะเย, อีกอย่างหนึ่ง ในสมัยนั้น ธรรมเหล่าใด,

อัญเญปิ อัตถิ ปะฏิจจะสะมุปปันนา อะรูปิโน ธัมมา,

แม้อื่นมีอยู่เป็นธรรมที่ไม่มีรูป, อาศัยกันและกันเกิดขึ้น,

อิเม ธัมมา กุสะลา. ธรรมเหล่านี้เป็นกุศล.

พระวิภังค์

ปัญจักขันธา,	ขันธ์ห้า คือ :-
รูปักขันโธ,	รูปขันธ์,
เวทะนากขันโธ,	เวทนาขันธ์ (ความรู้สึกสุข ทุกข์ หรือเฉย ๆ),
สัญญากขันโธ,	สัญญาขันธ์ (ความจำได้หมายรู้ในอารมณ์ ๖),
สังขารักขันโธ,	สังขารขันธ์ (ความคิดปรุงแต่งจิต),
วิญญาณักขันโธ,	วิญญาณขันธ์ (ความรู้แจ้งในอารมณ์ทางอายตนะทั้ง ๖),
ตัตถะ กะตะโม รูปักขันโธ,	บรรดาขันธ์ทั้งหมดนั้น รูปขันธ์เป็นอย่างไร ?
ยังกิญจิ รูปัง,	รูปอย่างใดอย่างหนึ่ง,
อะตีตานาคะตะปัจจุปปันนัง,	ที่เป็นอดีต อนาคต และปัจจุบัน,
อัชฌัตตัง วา พะหิทธา วา,	ภายในก็ตาม ภายนอกก็ตาม,
โอฬาริกัง วา สุขุมัง วา,	หยาบก็ตาม ละเอียดก็ตาม,
หีนัง วา ปะณีตัง วา,	เลวก็ตาม ประณีตก็ตาม,
ยัง ทูเร วา สันติเก วา,	อยู่ไกลก็ตาม อยู่ใกล้ก็ตาม,
ตะเทกัชฌัง อะภิสัญญูหิต์วา อะภิสังขิปิต์วา,	ย่นกล่าวร่วมกัน,
อะยัง วุจจะติ รูปักขันโธ.	เรียกว่ารูปขันธ์.

พระธาตุกถา

สังคะโห อะสังคะโห,	การสงเคราะห์ การไม่สงเคราะห์ คือ,
สังคะหิเตนะ อะสังคะหิตัง,	สิ่งที่ไม่สงเคราะห์เข้ากับสิ่งที่สงเคราะห์แล้ว,
อะสังคะหิเตนะ สังคะหิตัง,	สิ่งที่สงเคราะห์เข้ากับสิ่งที่สงเคราะห์ไม่ได้,
สังคะหิเตนะ สังคะหิตัง,	สิ่งที่สงเคราะห์เข้ากับสิ่งที่สงเคราะห์ได้,
อะสังคะหิเตนะ อะสังคะหิตัง,	สิ่งที่ไม่สงเคราะห์เข้ากับสิ่งที่สงเคราะห์ไม่ได้,
สัมปะโยโค วิปปะโยโค,	การอยู่ด้วยกัน การพลัดพรากกัน คือ,
สัมปะยุตเตนะ วิปปะยุตตัง,	การพลัดพรากจากสิ่งที่อยู่ด้วยกัน,

วิปปะยุตเตนะ สัมปะยุตตัง, การอยู่ร่วมกับสิ่งที่พลัดพรากไป,
อะสังคะหิตัง. จัดเป็นสิ่งที่สงเคราะห์ไม่ได้.

พระปุคคลปัญญัตติ

ฉะ ปัญญัตติโย, บัญญัติหก คือ :-
ขันธะปัญญัตติ, ขันธบัญญัติ (ขันธ์ ๕),
อายะตะนะปัญญัตติ, อายตนบัญญัติ (อายตนะ ๑๒),
ธาตุปัญญัตติ, ธาตุบัญญัติ (ธาตุ ๑๘),
สัจจะปัญญัตติ, สัจจบัญญัติ (อริยสัจ ๔),
อินท์ริยะปัญญัตติ, อินทรีย์บัญญัติ (อินทรีย์ ๒๒),
ปุคคะละปัญญัตติ, บุคคลบัญญัติ,
กิตตาวะตา ปุคคะลานัง ปุคคะละปัญญัตติ, บุคคลบัญญัติของบุคคลมีเท่าไร ?
สะมะยะวิมุตโต อะสะมะยะวิมุตโต, ผู้พ้นในกาลบางคราว ผู้พ้นอย่างเด็ดขาด,
กุปปะธัมโม อะกุปปะธัมโม, ผู้มีธรรมที่กำเริบได้ ผู้มีธรรมที่กำเริบไม่ได้,
ปะริหานะธัมโม อะปะริหานะธัมโม, ผู้มีธรรมที่เสื่อมได้ ผู้มีธรรมที่เสื่อมไม่ได้,
เจตะนาภัพโพ อะนุรักขะนาภัพโพ, ผู้มีธรรมที่ควรแก่เจตนา ผู้มีธรรมที่ควรแก่การรักษา,
ปุถุชชะโน โคต์ระภู, ผู้เป็นปุถุชน ผู้คร่อมโคตร,
ภะยูปะระโต อะภะยูปะระโต, ผู้เว้นชั่วเพราะกลัว ผู้เว้นชั่วไม่ใช่เพราะกลัว,
ภัพพาคะมะโน อะภัพพาคะมะโน, ผู้ควรแก่มรรคผลนิพพาน ผู้ไม่ควรแก่มรรคผลนิพพาน,
นิยะโต อะนิยะโต, ผู้เที่ยง ผู้ไม่เที่ยง,
ปะฏิปันนะโก ผะเลฏฐิโต, ผู้ปฏิบัติอริยมรรค ผู้ตั้งอยู่ในอริยผล,
อะระหา อะระหัตตายะ ปะฏิปันโน. ผู้เป็นพระอรหันต์ ผู้ปฏิบัติเพื่อเป็นพระอรหันต์.

พระกถาวัตถุ

ปุคคะโล อุปะลัพภะติ สัจฉิกัตถะปะระมัตเถนาติ,

เราค้นหาบุคคลไม่ได้ในปรมัตถ์ คือความหมายที่แท้จริง,

อามันตา โย สัจฉิกัตโถ ปะระมัตโถ ตะโต โส ปุคคะโล อุปะลัพภะติ สัจฉิกัตถะปะระมัตเถนาติ,

ค้นหาบุคคลไม่ได้ในปรมัตถ์ คือความหมายอันแท้จริงอันใดมีอยู่ เราค้นหาบุคคลนั้นไม่ได้ในปรมัตถ์,

นะ เหวัง วัตตัพเพ อาชานาหิ นิคคะหัง,

ท่านไม่ควรกล่าวอย่างนั้น ท่านจงรู้นิคหะเถิด ถ้าท่านค้นหาบุคคลได้ในปรมัตถ์,

หัญจิ ปุคคะโล อุปะลัพภะติ สัจฉิกัตถะ ปะระมัตเถนะ เตนะ วะตะเร วัตตัพเพ,

โดยความหมายอันแท้จริงแล้ว ท่านควรกล่าวด้วยเหตุนั้นว่าปรมัตถ์ คือความหมายอันแท้จริงอันใดมีอยู่ เราค้นหาบุคคลนั้นไม่ได้ในปรมัตถ์,

โย สัจฉิกัตโถ ปะระมัตโถ ตะโต โส ปุคคะโล อุปะลัพภะติ สัจฉิกัตถะ ปะระมัตเถนาติ มิจฉา.

คำตอบของท่านที่ว่าปรมัตถ์ คือความหมายอันแท้จริงอันใดมีอยู่ เราค้นหาบุคคลนั้นได้ในปรมัตถ์ อันนั้นจึงผิด.

พระยมก

เย เกจิ กุสะลา ธัมมา,	ธรรมบางเหล่าเป็นกุศล,
สัพเพ เต กุสะละมูลา,	ธรรมเหล่านั้นทั้งหมดมีกุศลเป็นมูล,
เย วา ปะนะ กุสะละมูลา,	อีกอย่างหนึ่ง ธรรมเหล่าใดมีกุศลเป็นมูล,
สัพเพ เต ธัมมา กุสะลา,	ธรรมเหล่านั้นทั้งหมดก็เป็นกุศล,
เย เกจิ กุสะลา ธัมมา,	ธรรมบางเหล่าเป็นกุศล,

สัพเพ เต กุสะละมูเลนะ เอกะมูลา,

ธรรมเหล่านั้น ทั้งหมดมีมูลอันเดียวกับธรรมที่มีกุศลเป็นมูล,

เย วา ปะนะ กุสะละมูเลนะ เอกะมูลา,
อีกอย่างหนึ่ง ธรรมเหล่าใดมีมูลอันเดียวกับธรรมที่มีกุศลเป็นมูล,
สัพเพ เต ธัมมา กุสะลา. ธรรมเหล่านั้นทั้งหมด เป็นกุศล.

พระมหาปัฏฐาน

เหตุปัจจะโย, ธรรมที่มีเหตุเป็นปัจจัย,
อารัมมะณะปัจจะโย, ธรรมที่มีอารมณ์เป็นปัจจัย,
อะธิปะติปัจจะโย, ธรรมที่มีอธิบดีเป็นปัจจัย,
อะนันตะระปัจจะโย, ธรรมที่มีปัจจัยไม่มีอะไรคั่นในระหว่าง,
สะมะนันตะระปัจจะโย, ธรรมที่มีปัจจัยมีที่สุดเสมอกัน,
สะหะชาตะปัจจะโย, ธรรมที่เกิดพร้อมกับปัจจัย,
อัญญะมัญญะปัจจะโย, ธรรมที่เป็นปัจจัยของกันและกัน,
นิสสะยะปัจจะโย, ธรรมที่มีที่อาศัยเป็นปัจจัย,
อุปะนิสสะยะปัจจะโย, ธรรมที่มีเครื่องหนุนเป็นปัจจัย,
ปุเรชาตะปัจจะโย, ธรรมที่มีการเกิดก่อนเป็นปัจจัย,
ปัจฉาชาตะปัจจะโย, ธรรมที่มีการเกิดภายหลังเป็นปัจจัย,
อาเสวะนะปัจจะโย, ธรรมที่มีการเสพเป็นปัจจัย,
กัมมะปัจจะโย, ธรรมที่มีกรรมเป็นปัจจัย,
วิปากะปัจจะโย, ธรรมที่มีวิบากเป็นปัจจัย,
อาหาระปัจจะโย, ธรรมที่มีอาหารเป็นปัจจัย,
อินท์ริยะปัจจะโย, ธรรมที่มีอินทรีย์เป็นปัจจัย,
ฌานะปัจจะโย, ธรรมที่มีฌานเป็นปัจจัย,
มัคคะปัจจะโย, ธรรมที่มีมรรคเป็นปัจจัย,
สัมปะยุตตะปัจจะโย, ธรรมที่มีการประกอบเป็นปัจจัย,
วิปปะยุตตะปัจจะโย, ธรรมที่ไม่มีการประกอบเป็นปัจจัย,

อัตถิปัจจะโย,	ธรรมที่มีปัจจัย,
นัตถิปัจจะโย,	ธรรมที่ไม่มีปัจจัย,
วิคะตะปัจจะโย,	ธรรมที่มีการอยู่ปราศจากเป็นปัจจัย,
อะวิคะตะปัจจะโย.	ธรรมที่มีการอยู่ไม่ปราศจากเป็นปัจจัย.

๖. บังสุกุลตาย

อะนิจจา วะตะ สังขารา,	สังขารนี้ ไม่เที่ยงหนอ,
อุปปาทะวะยะธัมมิโน,	มีการเกิดขึ้นแล้ว ย่อมเสื่อมไปเป็นธรรมดา,
อุปปัชชิต์วา นิรุชฌันติ,	เมื่อเกิดขึ้น ย่อมดับไป,
เตสัง วูปะสะโม สุโข.	ความเข้าไปสงบระงับแห่งสังขาร คือ ความคิดปรุงแต่งนี้เสียได้ ย่อมเป็นสุข ดังนี้.

๗. ธัมมะสังคิณีมาติกา

กุสะลา ธัมมา,	ธรรมที่เป็นกุศล ก็มี,
อะกุสะลา ธัมมา,	ธรรมที่เป็นอกุศล ก็มี,
อัพ์ยากะตา ธัมมา,	ธรรมไม่เป็นทั้งกุศลและอกุศล ก็มี,

สุขายะ เวทะนายะ สัมปะยุตตา ธัมมา,

ธรรมที่ประกอบด้วยความรู้สึกเป็นสุข ก็มี,

ทุกขายะ เวทะนายะ สัมปะยุตตา ธัมมา,

ธรรมที่ประกอบด้วยความรู้สึกเป็นทุกข์ ก็มี,

อะทุกขะมะสุขายะ เวทะนายะ สัมปะยุตตา ธัมมา,

ธรรมที่ประกอบด้วยความรู้สึกไม่สุขไม่ทุกข์ ก็มี,

วิปากา ธัมมา, ธรรมที่เป็นผล ก็มี,

วิปากะธัมมะธัมมา, ธรรมที่เป็นเหตุแห่งผล ก็มี,

เนวะวิปากะนะวิปากะ ธัมมะธัมมา,

ธรรมที่ทั้งไม่เป็นผล และไม่เป็นเหตุแห่งผล ก็มี,

อุปาทินนุปาทานิยา ธัมมา,

ธรรมที่ถูกยึดมั่น และเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่น ก็มี,

อะนุปาทินนุปาทานิยา ธัมมา,

ธรรมที่ไม่ถูกยึดมั่น แต่เป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่น ก็มี,

อะนุปาทินนานุปาทานิยา ธัมมา,

ธรรมที่ทั้งไม่ถูกยึดมั่น และไม่เป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่น ก็มี,

สังกิลิฏฐะสังกิเลสิกา ธัมมา,

ธรรมที่เศร้าหมอง และเป็นที่ตั้งแห่งความเศร้าหมองได้ ก็มี,

อะสังกิลิฏฐะสังกิเลสิกา ธัมมา,

ธรรมที่ไม่เศร้าหมอง แต่เป็นที่ตั้งแห่งความเศร้าหมองได้ ก็มี,

อะสังกิลิฏฐาสังกิเลสิกา ธัมมา,

ธรรมที่ทั้งไม่เศร้าหมอง และไม่เป็นที่ตั้งแห่งความเศร้าหมองได้ ก็มี,

สะวิตักกะสะวิจารา ธัมมา,

ธรรมที่มีวิตกคือความตรึก และมีวิจารคือความตรอง ก็มี,

อะวิตักกะวิจาระมัตตา ธัมมา, ธรรมที่ไม่มีวิตก มีแต่วิจาร ก็มี,

อะวิตักกาวิจารา ธัมมา, ธรรมที่ไม่มีทั้งวิตกและวิจาร ก็มี,

ปีติสะหะคะตา ธัมมา, ธรรมที่เป็นไปพร้อมกับความเอิบอิ่มใจ ก็มี,

สุขะสะหะคะตา ธัมมา, ธรรมที่เป็นไปพร้อมกับความสุข ก็มี,

อุเปกขาสะหะคะตา ธัมมา, ธรรมที่เป็นไปพร้อมกับความวางเฉย ก็มี,

ทัสสะเนนะ ปะหาตัพพา ธัมมา, ธรรมที่พึงละด้วยทัศนะ ก็มี,

ภาวะนายะ ปะหาตัพพา ธัมมา,

ธรรมที่พึงละด้วยภาวนา ก็มี,

เนวะทัสสะเนนะ นะภาวะนายะ ปะหาตัพพา ธัมมา,

ธรรมที่ละมิได้ทั้งด้วยทัศนะ และด้วยภาวนา ก็มี,

ทัสสะเนนะ ปะหาตัพพะเหตุกา ธัมมา,

ธรรมมีสาเหตุที่พึงละด้วยทัศนะ ก็มี,

ภาวะนายะ ปะหาตัพพะเหตุกา ธัมมา,

ธรรมมีสาเหตุที่พึงละด้วยภาวนา ก็มี,

เนวะทัสสะเนนะ นะภาวะนายะ ปะหาตัพพะเหตุกา ธัมมา,

ธรรมมีสาเหตุที่ละมิได้ด้วยทัศนะ และมิได้ด้วยภาวนา ก็มี,

อาจะยะคามิโน ธัมมา, ธรรมที่นำไปสู่การสั่งสม ก็มี,

อะปะจะยะคามิโน ธัมมา, ธรรมที่นำไปสู่ความปราศจากการสั่งสม ก็มี,

เนวาจะยะคามิโน นาปะจะยะคามิโน ธัมมา,

ธรรมที่ไม่นำไปทั้งสู่การสั่งสม และสู่ความปราศจากการสั่งสม ก็มี,

เสกขา ธัมมา,

ธรรมที่เป็นของอริยบุคคล ผู้ยังต้องศึกษาอยู่ ก็มี,

อะเสกขา ธัมมา,

ธรรมที่เป็นของผู้บรรลุอรหัตผล ซึ่งไม่ต้องศึกษาแล้ว ก็มี,

เนวะเสกขานาเสกขา ธัมมา,

ธรรมที่ไม่เป็นทั้งของผู้ยังต้องศึกษา และผู้ไม่ต้องศึกษา ก็มี,

ปะริตตา ธัมมา, ธรรมที่ยังเล็กน้อย ก็มี,

มะหัคคะตา ธัมมา, ธรรมที่ถึงภาวะใหญ่แล้ว ก็มี,

อัปปะมาณา ธัมมา, ธรรมที่ประมาณมิได้ ก็มี,

ปะริตตารัมมะณา ธัมมา, ธรรมที่มีสภาวะที่ยังเล็กน้อยเป็นอารมณ์ ก็มี,

มะหัคคะตารัมมะณา ธัมมา,	ธรรมที่มีสภาวะที่ถึงภาวะใหญ่แล้วเป็นอารมณ์ ก็มี,
อัปปะมาณารัมมะณา ธัมมา,	ธรรมที่มีสภาวะอันประมาณมิได้เป็นอารมณ์ ก็มี,
หีนา ธัมมา,	ธรรมอย่างทราม ก็มี,
มัชฌิมา ธัมมา,	ธรรมอย่างกลาง ก็มี,
ปะณีตา ธัมมา,	ธรรมอย่างประณีต ก็มี,
มิจฉัตตะนิยะตา ธัมมา,	ธรรมที่แน่นอนฝ่ายผิด ก็มี,
สัมมัตตะนิยะตา ธัมมา,	ธรรมที่แน่นอนฝ่ายถูก ก็มี,
อะนิยะตา ธัมมา,	ธรรมที่ไม่แน่นอน ก็มี,
มัคคารัมมะณา ธัมมา,	ธรรมที่มีมรรคเป็นอารมณ์ ก็มี,
มัคคะเหตุกา ธัมมา,	ธรรมที่มีมรรคเป็นเหตุ ก็มี,
มัคคาธิปะติโน ธัมมา,	ธรรมที่มีมรรคเป็นประธาน ก็มี,
อุปปันนา ธัมมา,	ธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว ก็มี,
อะนุปปันนา ธัมมา,	ธรรมที่ยังไม่เกิดขึ้น ก็มี,
อุปปาทิโน ธัมมา,	ธรรมที่จักเกิดขึ้น ก็มี,
อะตีตา ธัมมา,	ธรรมที่เป็นอดีต ก็มี,
อะนาคะตา ธัมมา,	ธรรมที่เป็นอนาคต ก็มี,
ปัจจุปปันนา ธัมมา,	ธรรมที่เป็นปัจจุบัน ก็มี,
อะตีตารัมมะณา ธัมมา,	ธรรมที่มีอดีตเป็นอารมณ์ ก็มี,
อะนาคะตารัมมะณา ธัมมา,	ธรรมที่มีอนาคตเป็นอารมณ์ ก็มี,
ปัจจุปปันนารัมมะณา ธัมมา,	ธรรมที่มีปัจจุบันเป็นอารมณ์ ก็มี,
อัชฌัตตา ธัมมา,	ธรรมภายใน ก็มี,
พะหิทธา ธัมมา,	ธรรมภายนอก ก็มี,

อัชฌัตตะพะหิทธา ธัมมา, ธรรมทั้งภายในและภายนอก ก็มี,
อัชฌัตตารัมมะณา ธัมมา, ธรรมที่มีสภาวะภายในเป็นอารมณ์ ก็มี,
พะหิทธารัมมะณา ธัมมา, ธรรมที่มีสภาวะภายนอกเป็นอารมณ์ ก็มี,
อัชฌัตตะพะหิทธารัมมะณา ธัมมา, ธรรมที่มีสภาวะทั้งภายใน และภายนอกเป็นอารมณ์ ก็มี,
สะนิทัสสะนะสัปปะฏิฆา ธัมมา, ธรรมที่เห็นได้และกระทบได้ ก็มี,
อะนิทัสสะนะสัปปะฏิฆา ธัมมา, ธรรมที่เห็นไม่ได้แต่กระทบได้ ก็มี,
อะนิทัสสะนาปปะฏิฆา ธัมมา. ธรรมทั้งที่เห็นไม่ได้และกระทบไม่ได้ ก็มี.

๘. ธัมมปหังสนปาฐะ

(หันทะ มะยัง ธัมมะปะหังสะนะสะมาทะปะนาทิวะจะนะปาฐัง ภะณามะ เส.)

เอวัง ส๎วากขาโต ภิกขะเว มะยา ธัมโม,
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ธรรมอันเรากล่าวดีแล้ว อย่างนี้,
อุตตาโน, เป็นการทำให้เป็นดุจของที่คว่ำให้หงายขึ้นแล้ว,
วิวะโฏ, เป็นการทำให้เป็นดุจของที่ปิดให้เปิดออกแล้ว,
ปะกาสิโต, เป็นธรรมอันเราตถาคตประกาศก้องแล้ว,
ฉินนะปิโลติโก, เป็นธรรมมีส่วนขี้ริ้ว อันเราตถาคตเฉือนออกหมดสิ้นแล้ว,
เอวัง ส๎วากขาเต โข ภิกขะเว มะยา ธัมเม,
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, เมื่อธรรมนี้, เป็นธรรมอันเรากล่าวดีแล้ว อย่างนี้,
อะลัง เอวะ, ย่อมเป็นการสมควรแล้ว นั่นเทียว,
สัทธาปัพพะชิเตนะ กุละปุตเตนะ วิริยัง อาระภิตุง,
ที่กุลบุตรผู้บวชแล้วด้วยศรัทธา, จะพึงปรารภความเพียร,

กามัง ตะโจ จะ นะหารุ จะ อัฏฐิ จะ อะวะสิสสะตุ,

ด้วยการอธิษฐานจิตว่า, แม้หนัง เอ็น กระดูก, จะเหลืออยู่หรือไม่,

สะรีเร อุปะสุสสะตุ มังสะโลหิตัง,

เนื้อและเลือดในสรีระนี้ จะเหือดแห้งไปก็ตาม,

ยันตัง ปุริสะถาเมนะ ปุริสะวิริเยนะ ปุริสะปะรักกะเมนะ ปัตตัพพัง,

ประโยชน์ใด, อันบุคคลจะพึงลุถึงได้ด้วยกำลัง ด้วยความเพียรบากบั่นของบุรุษ,

นะ ตัง อะปาปุณิต์วา ปุริสัสสะ วิริยัสสะ สัณฐานัง ภะวิสสะตีติ,

ถ้ายังไม่บรรลุประโยชน์นั้นแล้ว, จักหยุดความเพียรของตนเสีย, เป็นไม่มี, ดังนี้,

ทุกขัง ภิกขะเว กุสีโต วิหะระติ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, คนผู้เกียจคร้านย่อมอยู่เป็นทุกข์,

โวกิณโณ ปาปะเกหิ อะกุสะเลหิ ธัมเมหิ,

ระคนอยู่ด้วยอกุศลธรรมอันลามกทั้งหลายด้วย,

มะหันตัญจะ สะทัตถัง ปะริหาเปติ,

ย่อมทำประโยชน์อันใหญ่หลวงของตนให้เสื่อมด้วย,

อารัทธะวิริโย จะ โข ภิกขะเว สุขัง วิหะระติ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, บุคคลผู้มีความเพียรอันปรารภแล้ว, ย่อมอยู่เป็นสุข,

ปะวิวิตโต ปาปะเกหิ อะกุสะเลหิ ธัมเมหิ,

สงัดแล้วจากอกุศลธรรมอันลามกทั้งหลายด้วย,

มะหันตัญจะ สะทัตถัง ปะริปูเรติ,

ย่อมทำประโยชน์อันใหญ่หลวงของตนให้บริบูรณ์ด้วย,

นะ ภิกขะเว หีเนนะ อัคคัสสะ ปัตติ โหติ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, การบรรลุธรรมอันเลิศ ด้วยการกระทำอันเลว ย่อมมีไม่ได้เลย,

อัคเคนะ จะ โข อัคคัสสะ ปัตติ โหติ,

แต่การบรรลุธรรมอันเลิศ ด้วยการกระทำอันเลิศ ย่อมมีได้แล,

มัณฑะเปยยะมิทัง ภิกขะเว พ์รัห์มะจะริยัง,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, พรหมจรรย์นี้น่าดื่ม เหมือนมัณฑะยอดโอชาแห่งโครส,

สัตถา สัมมุขีภูโต,

ทั้งพระศาสดาก็อยู่ ณ ที่เฉพาะหน้านี้แล้ว,

ตัส์มาติหะ ภิกขะเว วิริยัง อาระภะถะ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, เพราะฉะนั้น, เธอทั้งหลาย, จงปรารภความเพียรเถิด,

อัปปัตตัสสะ ปัตติยา,

เพื่อการบรรลุถึงซึ่งธรรม อันยังไม่บรรลุ,

อะนะธิคะตัสสะ อะธิคะมายะ,

เพื่อการถึงซึ่งธรรม อันยังไม่ถึง,

อะสัจฉิกะตัสสะ สัจฉิกิริยายะ,

เพื่อการทำให้แจ้งซึ่งธรรม อันยังไม่ได้ทำให้แจ้ง,

เอวัง โน อะยัง อัม์หากัง ปัพพัชชา,

เมื่อเป็นอย่างนี้, บรรพชานี้ ของเราทั้งหลาย,

อะวังกะตา อะวัญฌา ภะวิสสะติ,

จักเป็นบรรพชาไม่ต่ำทราม, จักไม่เป็นหมันเปล่า,

สะผะลา สะอุท์ระยา,

แต่จักเป็นบรรพชาที่มีผล เป็นบรรพชาที่มีกำไร,

เยสัง มะยัง ปะริภุญชามะ, จีวะระปิณฑะปาตะเสนาสะนะคิลานะปัจจะยะ-เภสัชชะปะริกขารัง,

เราทั้งหลาย บริโภคจีวร บิณฑบาต เสนาสนะ และเภสัช, ของชนทั้งหลายเหล่าใด,

เตสัง เต การา อัม์เหสุ,

การกระทำนั้น ๆ ของชนทั้งหลายเหล่านั้น ในเราทั้งหลาย,

มะหัปผะลา ภะวิสสันติ มะหานิสังสาติ,

จักเป็นการกระทำที่มีผลใหญ่ มีอานิสงส์อันใหญ่, ดังนี้,

เอวัง หิ โว ภิกขะเว สิกขิตัพพัง,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, เธอทั้งหลาย พึงสำเนียกอย่างนี้แล,

อัตตัตถัง วา หิ ภิกขะเว สัมปัสสะมาเนนะ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, เมื่อบุคคลมองเห็นอยู่ ซึ่งประโยชน์แห่งตน ก็ตาม,

อะละเมวะ อัปปะมาเทนะ สัมปาเทตุง,

ก็ควรแล้วนั่นเทียว, เพื่อยังประโยชน์แห่งตนให้ถึงพร้อม ด้วยความไม่ประมาท,

ปะรัตถัง วา หิ ภิกขะเว สัมปัสสะมาเนนะ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, เมื่อบุคคลมองเห็นอยู่ ซึ่งประโยชน์แห่งชนเหล่าอื่น ก็ตาม,

อะละเมวะ อัปปะมาเทนะ สัมปาเทตุง,

ก็ควรแล้วนั่นเทียว, เพื่อยังประโยชน์แห่งชนเหล่าอื่นให้ถึงพร้อม ด้วยความไม่ประมาท,

อุภะยัตถัง วา หิ ภิกขะเว สัมปัสสะมาเนนะ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, หรือว่า เมื่อบุคคลมองเห็นอยู่ ซึ่งประโยชน์ของทั้งสองฝ่าย ก็ตาม,

อะละเมวะ อัปปะมาเทนะ สัมปาเทตุง,

ก็ควรแล้วนั่นเทียว, เพื่อยังประโยชน์ของทั้งสองฝ่ายนั้นให้ถึงพร้อม ด้วยความไม่ประมาท,

อิติ. ด้วยประการฉะนี้แล.

๙. พืชมงคลคาถา

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต,

ขอนอบน้อมแด่พระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์นั้น,

สุนิพพุตัสสะ ตาทิโน สัมมาวิรุฬ์หะธัมมัสสะ สาวะกานัง ปะรัมปะรา,

ผู้เสด็จนิพพานดีแล้ว ยังมีพระคุณคงที่ มีพระธรรมงอกงามโดยชอบแล้ว, เพราะการสืบต่อแห่งพระสาวกทั้งหลาย,

ตัสสะ ปาระมิเตเชนะ, ด้วยเดชแห่งพระบารมี ของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น,

สัทธัมโม อะมะตัปผะโล กิเลสะสันตาปัจจุณ์เหปิ โลเก รูหะติ ฐานะโส,

พระสัทธรรมมีอมตะเป็นผล ย่อมเจริญขึ้นในโลก แม้ท่ามกลางความแผดเผาแห่งกิเลสตามฐานะ,

ตัง โข พุทธัง ภะคะวันตัง สะสัทธัมมัง สะสาวะกัง อะภิวันทิยะ ปูเชต์วา,

เราทั้งหลาย อภิวาทบูชาแล้ว (ปฏิบัติบูชา) ซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้า, ทั้งพระธรรม และพระสาวกนั้น,

สุเขตเต ระตะนัตตะเย โรเปมะ ปุญญะพีชานิ,

ชื่อว่าหว่านพืชคือบุญทั้งหลาย ในพระรัตนตรัย อันเป็นเนื้อนาบุญอันดี,

ญาณัสสะ สาธะกานิ โน, โลเก ทุกขัสสะ โลกัม์หา, สัมมา นิสสะระณัสสะ จะ,

พืชคือบุญนั้น เป็นเครื่องยังญาณของเราทั้งหลายให้สำเร็จด้วย, ยังความทุกข์ในโลกให้สิ้นด้วย, ยังความหลีกออกจากทุกข์โดยชอบให้สำเร็จด้วย,

ภาสิตัง พุทธะเสฏเฐนะ, สัจจัง โลกัคคะวาทินา, สัทธา พีชัง ตะโป วุฏฐิ, ปัญญา เม ยุคะนังคะลัง,

คำสัจจ์อันพระพุทธเจ้าผู้ประเสริฐสุด เป็นอรรควาทีในโลก ได้ตรัสไว้แล้วว่า, ศรัทธาของเราเป็นพืช ความเพียรเป็นฝน ปัญญาเป็นแอกและคันไถ,

หิริ อีสา มะโน โยตตัง, สะติ เม ผาละปาจะนัง,

หิริเป็นงอนไถ ใจเป็นเชือก สติเป็นผาลและปฏัก,

กายะคุตโต วะจีคุตโต, อาหาเร อุทะเร ยะโต, สัจจัง กะโรมิ นิททานัง, โสรัจจัง เม ปะโมจะนัง,

การคุ้มครองกาย วาจา, การรู้ประมาณในอาหาร, การมีสัจจะเป็นเครื่องตัดใจ, ช่วยให้เลิกได้เด็ดขาด,

วิริยัง เม ธุระโธรัย์หัง, โยคักเขมาธิวาหะนัง,

วิริยะของเราเป็นหน้าที่การงาน, นำให้ถึงซึ่งพระนิพพาน อันเป็นแดนเกษมจากโยคะ,

คัจฉะติ อะนิวัตตันตัง, ยัตถะ คันต์วา นะ โสจะติ,

ไปอย่างไม่เลี้ยวกลับ ไปถึงที่แล้วไม่เศร้าโศก,

เอวะเมสา กะสี กัฏฐา, สา โหติ อะมะตัปผะลา,

การทำนา ใครทำได้อย่างนี้, ย่อมมีอมตะเป็นผล,

เอตัง กะสิง กะสิต์วานะ, สัพพะทุกขา ปะมุจจะตีติ.

บุคคลทำนาอย่างนี้แล้ว, ย่อมพ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้ ดังนี้แล.

๑๐. มงคลสูตร

(หันทะ มะยัง มังคะละสุตตะปาฐัง ภะณามะ เส.)

พะหู เทวา มะนุสสา จะ มังคะลานิ อะจินตะยุง,

เทวดาองค์หนึ่งได้กราบทูลถามพระผู้มีพระภาคเจ้าว่า, หมู่เทวดาและมนุษย์มากหลาย, มุ่งหมายความเจริญก้าวหน้า, ได้คิดถึงเรื่องมงคลแล้ว,

อากังขะมานา โสตถานัง พ์รูหิ มังคะละมุตตะมัง,

ขอพระองค์ทรงบอกทางมงคลอันสูงสุดเถิด, พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงตรัสตอบดังนี้ว่า :-

อะเสวะนา จะ พาลานัง,	การไม่คบคนพาล,
ปัณฑิตานัญจะ เสวะนา,	การคบบัณฑิต,
ปูชา จะ ปูชะนียานัง,	การบูชาต่อบุคคลควรบูชา,
เอตัมมังคะละมุตตะมัง,	กิจสามอย่างนี้ เป็นมงคลอันสูงสุด,
ปะฏิรูปะเทสะวาโส จะ,	การอยู่ในประเทศอันสมควร,
ปุพเพ จะ กะตะปุญญะตา,	การเป็นผู้มีบุญได้ทำไว้ก่อน,
อัตตะสัมมาปะณิธิ จะ,	การตั้งตนไว้ชอบ,
เอตัมมังคะละมุตตะมัง,	กิจสามอย่างนี้ เป็นมงคลอันสูงสุด,
พาหุสัจจัญจะ,	การเป็นผู้ได้ยินได้ฟังมาก,
สิปปัญจะ,	การมีศิลปวิทยา,
วินะโย จะ สุสิกขิโต,	วินัยที่ศึกษาดีแล้ว,
สุภาสิตา จะ ยา วาจา,	วาจาที่เป็นสุภาษิต,
เอตัมมังคะละมุตตะมัง,	กิจสี่อย่างนี้ เป็นมงคลอันสูงสุด,
มาตาปิตุอุปัฏฐานัง,	การบำรุงเลี้ยงมารดาบิดา,
ปุตตะทารัสสะ สังคะโห,	การสงเคราะห์บุตรและภรรยา,
อะนากุลา จะ กัมมันตา,	การงานที่ไม่ยุ่งเหยิงสับสน,
เอตัมมังคะละมุตตะมัง,	กิจสามอย่างนี้ เป็นมงคลอันสูงสุด,
ทานัญจะ,	การบำเพ็ญทาน,
ธัมมะจะริยา จะ,	การประพฤติธรรม,
ญาตะกานัญจะ สังคะโห,	การสงเคราะห์หมู่ญาติ,
อะนะวัชชานิ กัมมานิ,	การงานอันปราศจากโทษ,

เอตัมมังคะละมุตตะมัง,	กิจสี่อย่างนี้ เป็นมงคลอันสูงสุด,
อาระตี วิระตี ปาปา,	การงดเว้นจากบาปกรรม,
มัชชะปานา จะ สัญญะโม,	การยับยั้งใจไว้ได้จากการดื่มน้ำเมา,
อัปปะมาโท จะ ธัมเมสุ,	การไม่ประมาทในธรรมทั้งหลาย,
เอตัมมังคะละมุตตะมัง,	กิจสามอย่างนี้ เป็นมงคลอันสูงสุด,
คาระโว จะ,	ความเคารพ,
นิวาโต จะ,	ความถ่อมตัว,
สันตุฏฐี จะ,	ความสันโดษ,
กะตัญญุตา,	ความกตัญญู,
กาเลนะ ธัมมัสสะวะนัง,	การฟังธรรมตามกาล,
เอตัมมังคะละมุตตะมัง,	กิจห้าอย่างนี้ เป็นมงคลอันสูงสุด,
ขันตี จะ,	ความอดทน,
โสวะจัสสะตา,	ความเป็นคนว่าง่าย,
สะมะณานัญจะ ทัสสะนัง,	การพบเห็นผู้สงบจากกิเลส,
กาเลนะ ธัมมะสากัจฉา,	การสนทนาธรรมตามกาล,
เอตัมมังคะละมุตตะมัง,	กิจสี่อย่างนี้ เป็นมงคลอันสูงสุด,
ตะโป จะ,	ความเพียรเผากิเลส,
พ์รัห์มะจะริยัญจะ,	การประพฤติพรหมจรรย์,
อะริยะสัจจานะ ทัสสะนัง,	การเห็นความจริงของพระอริยเจ้า,
นิพพานะสัจฉิกิริยา จะ,	การทำพระนิพพานให้แจ้ง,
เอตัมมังคะละมุตตะมัง,	กิจสี่อย่างนี้ เป็นมงคลอันสูงสุด,

ผุฏฐัสสะ โลกะธัมเมหิ จิตตัง ยัสสะ นะ กัมปะติ,

จิตของผู้ใดอันโลกธรรมทั้งหลาย ถูกต้องแล้ว ย่อมไม่หวั่นไหว,

อะโสกัง, เป็นจิตไม่เศร้าโศก,

วิระชัง, เป็นจิตไร้ธุลีกิเลส,

เขมัง, เป็นจิตเกษมศานต์,

เอตัมมังคะละมุตตะมัง, กิจสื่ออย่างนี้ เป็นมงคลอันสูงสุด,

เอตาทิสานิ กัต๎วานะ สัพพัตถะมะปะราชิตา, สัพพัตถะ โสตถิง คัจฉันติ ตันเตสัง มังคะละมุตตะมันติ,

เทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย ได้กระทำมงคลเช่นมงคลเหล่านี้ ให้มีในตนได้แล้ว, จึงเป็นผู้ไม่พ่ายแพ้ในที่ทั้งปวง ย่อมถึงซึ่งความสวัสดีในทุกสถาน, ข้อนั้นเป็นมงคลอันสูงสุด ของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย เหล่านั้นโดยแท้,

อิติ. ด้วยประการฉะนี้แล.

๑๑. ปฏิจจสมุปปาทปาฐะ

(หันทะ มะยัง ปะฏิจจะสะมุปปาทะปาฐัง ภะณามะ เส.)

กะตะโม จะ ภิกขะเว ปะฏิจจะสะมุปปาโท,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ก็ปฏิจจสมุปบาท (ธรรมอันอาศัยกันแล้วเกิดขึ้น) เป็นอย่างไรเล่า ?

อะวิชชาปัจจะยา ภิกขะเว สังขารา,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, เพราะอวิชชา (ความไม่รู้ในอริยสัจ ๔) เป็นปัจจัย สังขาร (สภาพที่ปรุงแต่ง) ย่อมมี,

สังขาระปัจจะยา วิญญาณัง,

เพราะสังขารเป็นปัจจัย วิญญาณ (ความรู้แจ้งอารมณ์) ย่อมมี,

วิญญาณะปัจจะยา นามะรูปัง,

เพราะวิญญาณเป็นปัจจัย นามรูป (นามและรูป) ย่อมมี,

นามะรูปะปัจจะยา สะฬายะตะนัง,

เพราะนามรูปเป็นปัจจัย สฬายตนะ (อายตนะ ๖) ย่อมมี,

สะฬายะตะนะปัจจะยา ผัสโส,

เพราะสฬายตนะเป็นปัจจัย ผัสสะ (ความกระทบ) ย่อมมี,

ผัสสะปัจจะยา เวทะนา,

เพราะผัสสะเป็นปัจจัย เวทนา (ความเสวยอารมณ์) ย่อมมี,

เวทะนาปัจจะยา ตัณ์หา,

เพราะเวทนาเป็นปัจจัย ตัณหา (ความทะยานอยาก) ย่อมมี,

ตัณ์หาปัจจะยา อุปาทานัง,

เพราะตัณหาเป็นปัจจัย อุปาทาน (ความยึดมั่น) ย่อมมี,

อุปาทานะปัจจะยา ภะโว,

เพราะอุปาทานเป็นปัจจัย ภพ (ภาวะชีวิต) ย่อมมี,

ภะวะปัจจะยา ชาติ,

เพราะภพเป็นปัจจัย ชาติ (ความเกิด) ย่อมมี,

ชาติปัจจะยา ชะรามะระณัง,

เพราะชาติเป็นปัจจัย ชรามรณะ (ความแก่และความตาย) ย่อมมี,

โสกะปะริเทวะทุกขะโทมะนัสสุปายาสา สัมภะวันติ,

ความโศก ความร่ำไรรำพัน ความไม่สบายกาย ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจ ย่อมมี,

เอวะเมตัสสะ เกวะลัสสะ ทุกขักขันธัสสะ สะมุทะโย โหติ,

ความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ทั้งปวงนี้ จึงมีด้วยประการฉะนี้,

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว ปะฏิจจะสะมุปปาโท,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ธรรมนี้เราเรียกว่า ปฏิจจสมุปบาท,

อะวิชชายะ เต๎ววะ[๓๒] อะเสสะวิราคะนิโรธา สังขาระนิโรโธ,

ก็เพราะอวิชชานั่นแล จางคลายดับไปโดยไม่เหลือ สังขารจึงดับ,

สังขาระนิโรธา วิญญาณะนิโรโธ,

เพราะสังขารดับ วิญญาณจึงดับ,

วิญญาณะนิโรธา นามะรูปะนิโรโธ,

เพราะวิญญาณดับ นามรูปจึงดับ,

นามะรูปะนิโรธา สะฬายะตะนะนิโรโธ,

เพราะนามรูปดับ สฬายตนะจึงดับ,

สะฬายะตะนะนิโรธา ผัสสะนิโรโธ,

เพราะสฬายตนะดับ ผัสสะจึงดับ,

ผัสสะนิโรธา เวทะนานิโรโธ,

เพราะผัสสะดับ เวทนาจึงดับ,

เวทะนานิโรธา ตัณ๎หานิโรโธ,

เพราะเวทนาดับ ตัณหาจึงดับ,

ตัณ๎หานิโรธา อุปาทานะนิโรโธ,

เพราะตัณหาดับ อุปาทานจึงดับ,

อุปาทานะนิโรธา ภะวะนิโรโธ,

เพราะอุปาทานดับ ภพจึงดับ,

ภะวะนิโรธา ชาตินิโรโธ,

เพราะภพดับ ชาติจึงดับ,

ชาตินิโรธา ชะรามะระณัง,

เพราะชาติดับ ชรามรณะจึงดับ,

---

[๓๒] อ่านว่า **ต๎เว-วะ** (ต๎ ออกเสียงสั้นเป็นครึ่งหนึ่งของเสียง "ตะ")

โสกะปะริเทวะทุกขะโทมะนัสสุปายาสา นิรุชฌันติ,

ความโศก ความร่ำไรรำพัน ความไม่สบายกาย ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจ จึงดับ,

เอวะเมตัสสะ เกวะลัสสะ ทุกขักขันธัสสะ นิโรโธ โหติ.

ความดับแห่งกองทุกข์ทั้งปวงนี้ ย่อมมีด้วยประการฉะนี้.

๑๒. ธัมมนิยามสุตตปาฐะ

(หันทะ มะยัง ธัมมะนิยามะสุตตะปาฐัง ภะณามะ เส.)

อุปปาทา วา ภิกขะเว ตะถาคะตานัง, อะนุปปาทา วา ตะถาคะตานัง,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, เพราะเหตุที่พระตถาคตทั้งหลาย, จะบังเกิดขึ้นก็ตาม จะไม่บังเกิดขึ้นก็ตาม,

ฐิตาวะ สา ธาตุ, ธรรมธาตุนั้น ย่อมตั้งอยู่แล้วนั่นเทียว,

ธัมมัฏฐิตะตา, คือความตั้งอยู่แห่งธรรมดา,

ธัมมะนิยามะตา, คือความเป็นกฏตายตัวแห่งธรรมดา,

สัพเพ สังขารา อะนิจจาติ, ว่าสังขารทั้งหลายทั้งปวง ไม่เที่ยง ดังนี้,

ตัง ตะถาคะโต อะภิสัมพุชฌะติ อะภิสะเมติ,

ตถาคตย่อมรู้พร้อมเฉพาะ ย่อมถึงพร้อมเฉพาะ, ซึ่งธรรมธาตุนั้น,

อะภิสัมพุชฌิต์วา อะภิสะเมต์วา,

ครั้นรู้พร้อมเฉพาะแล้ว ถึงพร้อมเฉพาะแล้ว,

อาจิกขะติ เทเสติ, ย่อมบอก ย่อมแสดง,

ปัญญะเปติ ปัฏฐะเปติ, ย่อมบัญญัติ ย่อมตั้งขึ้นไว้,

วิวะระติ วิภะชะติ, ย่อมเปิดเผย ย่อมจำแนกแจกแจง,

อุตตานีกะโรติ, ย่อมทำให้เป็นเหมือนการหงายของที่คว่ำ,
สัพเพ สังขารา อะนิจจาติ, ว่าสังขารทั้งหลายทั้งปวง ไม่เที่ยง ดังนี้,

อุปปาทา วา ภิกขะเว ตะถาคะตานัง, อะนุปปาทา วา ตะถาคะตานัง,
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, เพราะเหตุที่พระตถาคตทั้งหลาย, จะบังเกิดขึ้นก็ตาม จะไม่บังเกิดขึ้นก็ตาม,

ฐิตาวะ สา ธาตุ, ธรรมธาตุนั้น ย่อมตั้งอยู่แล้วนั่นเทียว,
ธัมมัฏฐิตะตา, คือความตั้งอยู่แห่งธรรมดา,
ธัมมะนิยามะตา, คือความเป็นกฎตายตัวแห่งธรรมดา,
สัพเพ สังขารา ทุกขาติ, ว่าสังขารทั้งหลายทั้งปวง เป็นทุกข์ ดังนี้,

ตัง ตะถาคะโต อะภิสัมพุชฌะติ อะภิสะเมติ,
ตถาคตย่อมรู้พร้อมเฉพาะ ย่อมถึงพร้อมเฉพาะ, ซึ่งธรรมธาตุนั้น,

อะภิสัมพุชฌิต์วา อะภิสะเมต์วา,
ครั้นรู้พร้อมเฉพาะแล้ว ถึงพร้อมเฉพาะแล้ว,

อาจิกขะติ เทเสติ, ย่อมบอก ย่อมแสดง,
ปัญญะเปติ ปัฏฐะเปติ, ย่อมบัญญัติ ย่อมตั้งขึ้นไว้,
วิวะระติ วิภะชะติ, ย่อมเปิดเผย ย่อมจำแนกแจกแจง,
อุตตานีกะโรติ, ย่อมทำให้เป็นเหมือนการหงายของที่คว่ำ,
สัพเพ สังขารา ทุกขาติ, ว่าสังขารทั้งหลายทั้งปวง เป็นทุกข์ ดังนี้,

อุปปาทา วา ภิกขะเว ตะถาคะตานัง, อะนุปปาทา วา ตะถาคะตานัง,
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, เพราะเหตุที่พระตถาคตทั้งหลาย, จะบังเกิดขึ้นก็ตาม จะไม่บังเกิดขึ้นก็ตาม,

ฐิตาวะ สา ธาตุ, ธรรมธาตุนั้น ย่อมตั้งอยู่แล้วนั่นเทียว,
ธัมมัฏฐิตะตา, คือความตั้งอยู่แห่งธรรมดา,
ธัมมะนิยามะตา, คือความเป็นกฎตายตัวแห่งธรรมดา,
สัพเพ ธัมมา อะนัตตาติ, ว่าธรรมทั้งหลายทั้งปวง เป็นอนัตตา ดังนี้,

ตัง ตะถาคะโต อะภิสัมพุชฌะติ อะภิสะเมติ,
ตถาคตย่อมรู้พร้อมเฉพาะ ย่อมถึงพร้อมเฉพาะ, ซึ่งธรรมธาตุนั้น,
อะภิสัมพุชฌิต๎วา อะภิสะเมต๎วา,
ครั้นรู้พร้อมเฉพาะแล้ว ถึงพร้อมเฉพาะแล้ว,
อาจิกขะติ เทเสติ, ย่อมบอก ย่อมแสดง,
ปัญญะเปติ ปัฏฐะเปติ, ย่อมบัญญัติ ย่อมตั้งขึ้นไว้,
วิวะระติ วิภะชะติ, ย่อมเปิดเผย ย่อมจำแนกแจกแจง,
อุตตานีกะโรติ, ย่อมทำให้เป็นเหมือนการหงายของที่คว่ำ,
สัพเพ ธัมมา อะนัตตาติ. ว่าธรรมทั้งหลายทั้งปวง เป็นอนัตตา ดังนี้.

๑๓. กรณียเมตตสูตร

(หันทะ มะยัง กะระณียะเมตตะสุตตะปาฐัง ภะณามะ เส.)

กะระณียะมัตถะกุสะเลนะ ยันตัง สันตัง ปะทัง อะภิสะเมจจะ,
สักโก อุชู จะ สุหุชู จะ สุวะโจ จัสสะ มุทุ อะนะติมานี,
บุคคลผู้ฉลาดในสิ่งที่มีประโยชน์ มุ่งหวังจะบรรลุทางสงบ คือพระนิพพาน, พึงเป็นผู้อาจหาญ ผู้มุ่งตรง ผู้ซื่อตรง, เป็นผู้ว่าง่าย ผู้อ่อนโยน ไม่เย่อหยิ่ง,

สันตุสสะโก จะ สุภะโร จะ อัปปะกิจโจ จะ สัลละหุกะวุตติ,
สันตินท์ริโย จะ นิปะโก จะ อัปปะคัพโภ กุเลสุ อะนะนุคิทโธ,

พึงเป็นผู้สันโดษ เลี้ยงง่าย, มีกิจน้อย คล่องตัว, สำรวมอินทรีย์ รู้ตัว, ไม่คะนอง ไม่คลุกคลีในตระกูลทั้งหลาย,

นะ จะ ขุททัง สะมาจะเร กิญจิ เยนะ วิญญู ปะเร อุปะวะเทยยุง,
สุขิโน วา เขมิโน โหนตุ สัพเพ สัตตา ภะวันตุ สุขิตัตตา,

ไม่พึงประพฤติสิ่งที่ผู้รู้ติเตียน, ขอหมู่สัตว์ทั้งปวง, จงมีความสุขกายสุขใจ มีความเกษมสำราญเถิด,

เย เกจิ ปาณะภูตัตถิ ตะสา วา ถาวะรา วา อะนะวะเสสา,
ทีฆา วา เย มะหันตา วา มัชฌิมา รัสสะกา อะณุกะถูลา,

สัตว์ทั้งหลายเหล่าใด, จะเป็นผู้สะดุ้ง หรือมั่นคงก็ดี, เป็นสัตว์ตัวยาว หรือตัวใหญ่ก็ดี, ตัวปานกลาง หรือตัวสั้นก็ดี, ตัวเล็ก หรือตัวโตก็ดี,

ทิฏฐา วา เย จะ อะทิฏฐา เย จะ ทูเร วะสันติ อะวิทูเร,
ภูตา วา สัมภะเวสี วา สัพเพ สัตตา ภะวันตุ สุขิตัตตา,

เป็นสัตว์ที่เราเห็นก็ดี ไม่เห็นก็ดี, ที่อยู่ไกลก็ดี อยู่ใกล้ก็ดี, ที่เกิดแล้วก็ดี กำลังแสวงหาที่เกิดอยู่ก็ดี, ขอหมู่สัตว์ทั้งปวงนั้น, จงสุขกายสุขใจเถิด,

นะ ปะโร ปะรัง นิกุพเพถะ นาติมัญเญถะ กัตถะจิ นัง กิญจิ,
พ๎ยาโรสะนา ปะฏีฆะสัญญา นาญญะมัญญัสสะ ทุกขะมิจเฉยยะ,

บุคคลไม่พึงข่มเหงผู้อื่น, ไม่ควรเหยียดหยามใคร ๆ, ถึงจะมีความขุ่นเคืองโกรธแค้นกัน ก็ไม่ควรมุ่งร้ายต่อกันและกัน,

มาตา ยะถา นิยัง ปุตตัง อายุสา เอกะปุตตะมะนุรักเข,
เอวัมปิ สัพพะภูเตสุ มานะสัมภาวะเย อะปะริมาณัง,

ดุจมารดาถนอมบุตรคนเดียว ด้วยชีวิตฉันใด, พึงแผ่เมตตาจิต ไม่มีประมาณ ในหมู่สัตว์ทั้งปวงฉันนั้น,

เมตตัญจะ สัพพะโลกัส์มิง มานะสัมภาวะเย อะปะริมาณัง,
อุทธัง อะโธ จะ ติริยัญจะ อะสัมพาธัง อะเวรัง อะสะปัตตัง,

พึงแผ่เมตตาจิตไม่มีประมาณ ไม่มีขอบเขต, ไม่คิดผูกเวร ไม่เป็นศัตรู, ในหมู่สัตว์โลกทั้งปวง ในทั่วทุกทิศ,

ติฏฐัญจะรัง นิสินโน วา สะยาโน วา ยาวะตัสสะ วิคะตะมิทโธ,
เอตัง สะติง อะธิฏเฐยยะ พ์รัห์มะเมตัง วิหารัง อิธะมาหุ,

ผู้เจริญเมตตาจิตนั้น, ยืน เดิน นั่ง นอนก็ดี, พึงตั้งสติ ตื่นอยู่ตลอดเวลา, บัณฑิตทั้งหลายกล่าวว่า, เป็นการอยู่อย่างประเสริฐ,

ทิฏฐิญจะ อะนุปะคัมมะ สีละวา ทัสสะเนนะ สัมปันโน,
กาเมสุ วิเนยยะ เคธัง นะ หิ ชาตุ คัพภะเสยยัง ปุนะเรตีติ.

ผู้เจริญเมตตาจิต, มีสัมมาทิฏฐิ ละความเห็นผิด เป็นผู้มีศีล ถึงพร้อมด้วยปัญญา, กำจัดความใคร่ในกามทั้งหลายออกไป, ย่อมไม่กลับมาเกิดในกามภพอีก ดังนี้.

๑๔. โคตมีสูตร

(หันทะ มะยัง โคตะมีสุตตะปาฐัง ภะณามะ เส.)

อิเม ธัมมา วิราคายะ สังวัตตันติ, โน สะราคายะ,

ธรรมเหล่าใด เป็นไปเพื่อความคลายกำหนัด, มิใช่เพื่อความกำหนัด,

วิสังโยคายะ สังวัตตันติ, โน สังโยคายะ,

เป็นไปเพื่อความไม่ประกอบทุกข์, มิใช่เพื่อความประกอบทุกข์,

อะปะจะยายะ สังวัตตันติ, โน อาจะยายะ,

เป็นไปเพื่อความไม่พอกพูนกิเลส, มิใช่เพื่อพอกพูนกิเลส,

อัปปิจฉะตายะ สังวัตตันติ, โน มะหิจฉะตายะ,

เป็นไปเพื่อความมักน้อย, มิใช่เพื่อความมักมากอยากใหญ่,

สันตุฏฐิยา สังวัตตันติ, โน อะสันตุฏฐิยา,

เป็นไปเพื่อความสันโดษ, มิใช่เพื่อความไม่สันโดษ,

ปะวิเวกายะ สังวัตตันติ, โน สังคะณิกายะ,

เป็นไปเพื่อความสงัด, มิใช่เพื่อความคลุกคลีในหมู่คณะ,

วิริยารัมภายะ สังวัตตันติ, โน โกสัชชายะ,

เป็นไปเพื่อประกอบความเพียร, มิใช่เพื่อความเกียจคร้าน,

สุภะระตายะ สังวัตตันติ, โน ทุพภะระตายาติ,

เป็นไปเพื่อความเลี้ยงง่าย, มิใช่เพื่อความเลี้ยงยาก,

เอกังเสนะ โคตะมิ ธาเรยยาสิ, เอโส ธัมโม เอโส วินะโย เอตัง สัตถุสาสะนันติ.

ดูก่อนพระนางโคตมี, ท่านพึงทรงจำไว้โดยส่วนเดียวว่า, นี้เป็นธรรม นี้เป็นวินัย นี้เป็นคำสอนของพระศาสดา ดังนี้แล.

๑๕. มหาพุทธโถมนาการปาฐะ

(พุทธคุณร้อยบท)

(หันทะ มะยัง พุทธัสสะ ภะคะวะโต โถมะนาการะปาฐัง ภะณามะ เส.)

เตนะหิ ภันเต สุโณหิ, ดูก่อนท่านผู้เจริญ ! ขอท่านจงฟังซึ่งคำของข้าพเจ้าเถิด,

ยัสสาหัง สาวะโก, ข้าพเจ้านั้น เป็นสาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์ใด,

ธีรัสสะ, พระผู้มีพระภาค พระองค์นั้น,
เป็นนักปราชญ์ผู้ทรงไว้ ซึ่งปัญญา,

วิคะตะโมหัสสะ, เป็นผู้ปราศจากแล้ว จากโมหะ,

ปะภินนะขีลัสสะ, เป็นผู้มีเสาเขื่อนเครื่องตรึงจิต อันหักแล้ว,

วิชิตะวิชะยัสสะ, เป็นผู้มีชัยชนะ อันวิชิตแล้ว,

อะนีฆัสสะ, เป็นผู้ปราศจากแล้ว จากสิ่งคับแค้นสะเทือนใจ,

สุสะมะจิตตัสสะ, เป็นผู้มีจิตสม่ำเสมอด้วยดี,

พุทธะสีลัสสะ, เป็นผู้มีปรกติภาวะ แห่งบุคคลผู้เป็นพุทธะ,

สาธุปัญญัสสะ, เป็นผู้มีปัญญา เครื่องยังประโยชน์ให้สำเร็จ,

เวสะมันตารัสสะ, เป็นผู้ข้ามไปได้แล้ว ซึ่งวัฏฏสงสารอันขรุขระ,

วิมะลัสสะ, เป็นผู้ปราศจากแล้ว จากมลทินทั้งปวง,

ภะคะวะโต ตัสสะ สาวะโกหะมัส์มิ,
ข้าพเจ้า เป็นสาวกของพระผู้มีพระภาค พระองค์นั้น;

อะกะถังกะถิสสะ, พระผู้มีพระภาค พระองค์นั้น,
เป็นผู้ไม่มีการถามใคร ว่าอะไร เป็นอะไร,

ตุสิตัสสะ, เป็นผู้อิ่มแล้ว ด้วยความอิ่มในธรรม อยู่เสมอ,

วันตะโลกามิสัสสะ, เป็นผู้มีเหยื่อในโลก อันทรงคายทิ้งแล้ว,

มุทิตัสสะ, เป็นผู้มีมุทิตาจิต ในสัตว์ทั้งหลายทั้งปวง,

กะตะสะมะณัสสะ, เป็นผู้มีสมณภาวะ อันทรงกระทำสำเร็จแล้ว,
มะนุชัสสะ, เป็นผู้ถือกำเนิดแล้ว แต่กำเนิดแห่งมนู โดยแท้,
อันติมะสะรีรัสสะ, เป็นผู้มีสรีระ อันมีในครั้งสุดท้าย,
นะรัสสะ, เป็นผู้เป็นนรชน คือเป็นคนแท้,
อะโนปะมัสสะ, เป็นผู้อันใคร ๆ กระทำอุปมามิได้,
วิระชัสสะ, เป็นผู้ปราศจากกิเลส อันพึงเปรียบได้ด้วยธุลี,
ภะคะวะโต ตัสสะ สาวะโกหะมัส๎มิ,
ข้าพเจ้า เป็นสาวกของพระผู้มีพระภาค พระองค์นั้น;

อะสังสะยัสสะ, พระผู้มีพระภาค พระองค์นั้น,
เป็นผู้หมดสิ้นแล้ว จากความสงสัยทั้งปวง,
กุสะลัสสะ, เป็นผู้มีปัญญา เครื่องตัดกิเลสดุจหญ้าคา เสียได้,
เวนะยิกัสสะ, เป็นผู้นำสัตว์ สู่สภาพอันวิเศษ,
สาระถิวะรัสสะ, เป็นสารถีอันประเสริฐ กว่าสารถีทั้งหลาย,
อะนุตตะรัสสะ, เป็นผู้ไม่มีใครยิ่งกว่า โดยคุณธรรมทั้งปวง,
รุจิระธัมมัสสะ, เป็นผู้มีธรรม เป็นที่ตั้งแห่งความชอบใจ ของสัตว์ทั้งปวง,
นิกกังขัสสะ, เป็นผู้มีกังขาเครื่องข้องใจ อันทรงนำออกแล้วหมดสิ้น,
ปะภาสะกะรัสสะ, เป็นผู้กระทำ ซึ่งความสว่างแก่ปวงสัตว์,
มานัจฉิทัสสะ, เป็นผู้ตัดแล้วซึ่งมานะ เครื่องทำความสำคัญมั่นหมาย,
วีรัสสะ, เป็นผู้มีวีรธรรม เครื่องกระทำความแกล้วกล้า,
ภะคะวะโต ตัสสะ สาวะโกหะมัส๎มิ,
ข้าพเจ้า เป็นสาวกของพระผู้มีพระภาค พระองค์นั้น;

นิสะภัสสะ, พระผู้มีพระภาค พระองค์นั้น,
เป็นผู้เป็นยอดมนุษย์ แห่งมนุษย์ทั้งหลาย,

อัปปะเมยยัสสะ, เป็นผู้มีคุณอันใคร ๆ กำหนดประมาณให้มิได้,

คัมภีรัสสะ, เป็นผู้มีธรรมะสภาวะอันลึกซึ้ง ไม่มีใครหยั่งได้,

โมนัปปัตตัสสะ, เป็นผู้ถึงซึ่งปัญญา เครื่องทำความเป็นแห่งมุนี,

เขมังกะรัสสะ, เป็นผู้กระทำความเกษม แก่สรรพสัตว์,

เวทัสสะ, เป็นผู้มีเวท คือญาณเครื่องเจาะแทงซึ่งโมหะ,

ธัมมัฏฐัสสะ, เป็นผู้ประดิษฐานอยู่ในธรรม,

สุสังวุตัตตัสสะ, เป็นผู้มีพระองค์ อันทรงจัดสรรดีแล้ว,

สังคาติคัสสะ, เป็นผู้ล่วงกิเลส อันเป็นเครื่องข้องเสียได้,

มุตตัสสะ, เป็นผู้หลุดรอดแล้ว จากบ่วงทั้งปวง,

ภะคะวะโต ตัสสะ สาวะโกหะมัส๎มิ,

ข้าพเจ้า เป็นสาวกของพระผู้มีพระภาค พระองค์นั้น;

นาคัสสะ, พระผู้มีพระภาค พระองค์นั้น,

เป็นผู้เป็นดังพระยาช้าง ตัวประเสริฐ,

ปันตะเสนัสสะ, เป็นผู้มีการนอนอันสงัด จากการรบกวนแห่งกิเลส,

ขีณะสัญโญชะนัสสะ, เป็นผู้มีกิเลส เครื่องประกอบไว้ในภพ สิ้นสุดแล้ว,

วิมุตตัสสะ, เป็นผู้พ้นพิเศษแล้ว จากทุกข์ทั้งปวง,

ปะฏิมันตะกัสสะ, เป็นผู้มีความคิด เหมาะเจาะเฉพาะเรื่อง,

โมนัสสะ, เป็นผู้มีปัญญา เครื่องทำความเป็นแห่งมุนี,

ปันนะธะชัสสะ, เป็นผู้มีมานะเป็นดุจธง อันพระองค์ทรงลดลงได้แล้ว,

วีตะราคัสสะ, เป็นผู้ปราศจากแล้ว จากราคะ,

ทันตัสสะ, เป็นผู้มีการฝึกตน อันฝึกแล้ว,

นิปปะปัญจัสสะ, เป็นผู้หมดสิ้นแล้ว จากกิเลสเครื่องเหนี่ยวหน่วงให้เนิ่นช้า,

ภะคะวะโต ตัสสะ สาวะโกหะมัส์มิ,

ข้าพเจ้า เป็นสาวกของพระผู้มีพระภาค พระองค์นั้น;

อิสิสัตตะมัสสะ, พระผู้มีพระภาค พระองค์นั้น,

เป็นผู้แสวงหา พบคุณอันใหญ่หลวง องค์ที่ ๗,

อะกุหัสสะ, เป็นผู้ปราศจากแล้ว จากความคดโกง,

เตวิชชัสสะ, เป็นผู้ทรงไว้ ซึ่งวิชชาทั้ง ๓,

พ์รัห์มะสัตตัสสะ, เป็นผู้เป็นพรหม แห่งปวงสัตว์,

น์หาตะกัสสะ, เป็นผู้เสร็จ จากการอาบการล้างแล้ว,

ปะทะกัสสะ, เป็นผู้มีหลักมีเกณฑ์ ในการกระทำทั้งปวง,

ปัสสัทธัสสะ, เป็นผู้มีกมลสันดาน อันระงับแล้ว,

วิทิตะเวทัสสะ, เป็นผู้มีญาณเวท อันวิทิตแล้ว,

ปุรินทะทัสสะ, เป็นผู้ทำลาย ซึ่งธานีนคร แห่งกิเลสทั้งหลาย,

สักกัสสะ, เป็นผู้เป็นจอม แห่งสัตว์ทั้งปวง,

ภะคะวะโต ตัสสะ สาวะโกหะมัส์มิ,

ข้าพเจ้า เป็นสาวกของพระผู้มีพระภาค พระองค์นั้น;

อะริยัสสะ, พระผู้มีพระภาค พระองค์นั้น,

เป็นผู้ไปพ้นแล้ว จากข้าศึกคือกิเลส,

ภาวิตัตตัสสะ, เป็นผู้มีตน อันอบรมถึงที่สุดแล้ว,

ปัตติปัตตัสสะ, เป็นผู้มีธรรมที่ควรบรรลุ อันบรรลุแล้ว,

เวยยากะระณัสสะ, เป็นผู้กระทำ ซึ่งอรรถะทั้งหลาย ให้แจ่มแจ้ง,

สะติมะโต, เป็นผู้มีสติสมบูรณ์อยู่เอง ในทุกกรณี,

วิปัสสิสสะ, เป็นผู้มีความรู้แจ้งเห็นแจ้ง เป็นปรกติ,

อะนะภิณะตัสสะ, เป็นผู้มีจิตไม่แฟบลง ด้วยอำนาจแห่งกิเลส,

โน อะปะณะตัสสะ, เป็นผู้มีจิตไม่ฟูขึ้น ด้วยอำนาจแห่งกิเลส,
อาเนชัสสะ, เป็นผู้มีจิตไม่หวั่นไหว ด้วยอำนาจแห่งกิเลส,
วะสิปปัตตัสสะ, เป็นผู้บรรลุถึง ซึ่งความมีอำนาจเหนือกิเลส,
ภะคะวะโต ตัสสะ สาวะโกหะมัสฺมิ,
ข้าพเจ้า เป็นสาวกของพระผู้มีพระภาค พระองค์นั้น;

สัมมัคคะตัสสะ, พระผู้มีพระภาค พระองค์นั้น,
เป็นผู้ไปแล้ว โดยชอบ,
ฌายิสสะ, เป็นผู้มีการเพ่งพินิจ ทั้งในสมาธิและปัญญา,
อะนะนุคะตันตะรัสสะ, เป็นผู้มีสันดาน อันกิเลสตามถึงไม่ได้แล้ว,
สุทธัสสะ, เป็นผู้หมดจดแล้ว จากสิ่งเศร้าหมองทั้งปวง,
อะสิตัสสะ, เป็นผู้อันตัณหาและทิฏฐิ อาศัยไม่ได้แล้ว,
อัปปะภีตัสสะ, เป็นผู้ไม่มีความหวาดกลัว ในสิ่งเป็นที่ตั้งแห่งความกลัว,
ปะวิวิตตัสสะ, เป็นผู้สงัดแล้ว จากการรบกวนแห่งกิเลสทั้งปวง,
อัคคัปปัตตัสสะ, เป็นผู้บรรลุแล้ว ซึ่งธรรมอันเลิศ,
ติณณัสสะ, เป็นผู้ข้ามแล้ว ซึ่งโอฆกันดาร,
ตาระยันตัสสะ, เป็นผู้ยังบุคคลอื่นให้ข้ามแล้ว ซึ่งโอฆะนั้น,
ภะคะวะโต ตัสสะ สาวะโกหะมัสฺมิ,
ข้าพเจ้า เป็นสาวกของพระผู้มีพระภาค พระองค์นั้น;

สันตัสสะ, พระผู้มีพระภาค พระองค์นั้น,
เป็นผู้มีสันดาน สงบรำงับแล้ว,
ภูริปัญญัสสะ, เป็นผู้มีปัญญา อันหนาแน่น,
มะหาปัญญัสสะ, เป็นผู้มีปัญญา อันใหญ่หลวง,
วีตะโลภัสสะ, เป็นผู้ปราศจากแล้ว จากโลภะ,

ตะถาคะตัสสะ, เป็นผู้มีการไปและการมา เหมือนอย่างพระพุทธเจ้าทั้งหลาย,

สุคะตัสสะ, เป็นผู้ไปแล้วด้วยดี,

อัปปะฏิปุคคะลัสสะ, เป็นบุคคล ผู้ไม่มีบุคคลใดเปรียบ,

อะสะมัสสะ, เป็นบุคคล ผู้ไม่มีบุคคลใดเสมอ,

วิสาระทัสสะ, เป็นบุคคล ผู้มีญาณอันแกล้วกล้า,

นิปุณัสสะ, เป็นผู้มีปัญญาละเอียดอ่อน,

ภะคะวะโต ตัสสะ สาวะโกหะมัส์มิ,

ข้าพเจ้า เป็นสาวกของพระผู้มีพระภาค พระองค์นั้น;

ตัณ์หัจฉิทัสสะ, พระผู้มีพระภาค พระองค์นั้น,

เป็นผู้เจาะทะลุข่าย คือตัณหาเครื่องดักสัตว์,

พุทธัสสะ, เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน เป็นปรกติ,

วีตะธูมัสสะ, เป็นผู้มีกิเลสดุจควันไฟ ไปปราศแล้ว,

อะนุปะลิตตัสสะ, เป็นผู้อันตัณหาและทิฏฐิ ไม่ฉาบทาได้อีกต่อไป,

อาหุเนยยัสสะ, เป็นผู้เป็นอาหุเนยยบุคคล ควรแก่ของที่เขานำไปบูชา,

ยักขัสสะ, เป็นผู้ที่โลกทั้งปวง ต้องบูชา,

อุตตะมะปุคคะลัสสะ, เป็นบุคคลผู้สูงสุด แห่งบุคคลทั้งหลาย,

อะตุลัสสะ, เป็นผู้มีคุณ อันไม่มีใครวัดได้,

มะหะโต, เป็นผู้เป็นมหาบุรุษ,

ยะสัคคัปปัตตัสสะ, เป็นผู้ถึงแล้ว ซึ่งความเลิศด้วยเกียรติคุณ,

ภะคะวะโต ตัสสะ สาวะโกหะมัส์มิ,

ข้าพเจ้า เป็นสาวกของพระผู้มีพระภาค พระองค์นั้น;

อิติ. ดังนี้แล.



“ ถ้าเรามีความรู้สึกตัว

สิ่งที่เกิดขึ้นเหล่านี้ มันก็คืออาการต่าง ๆ

ของกาย และจิตใจ

ความรู้สึกตัวจะทำหน้าที่ เป็นผู้เห็น

ได้พบเห็นอาการเหล่านี้ และ

ได้กระทำให้แจ้ง ในสิ่งเหล่านี้ได้แล้ว

เห็นแล้ว ผ่านไป หลุดไป พ้นไป

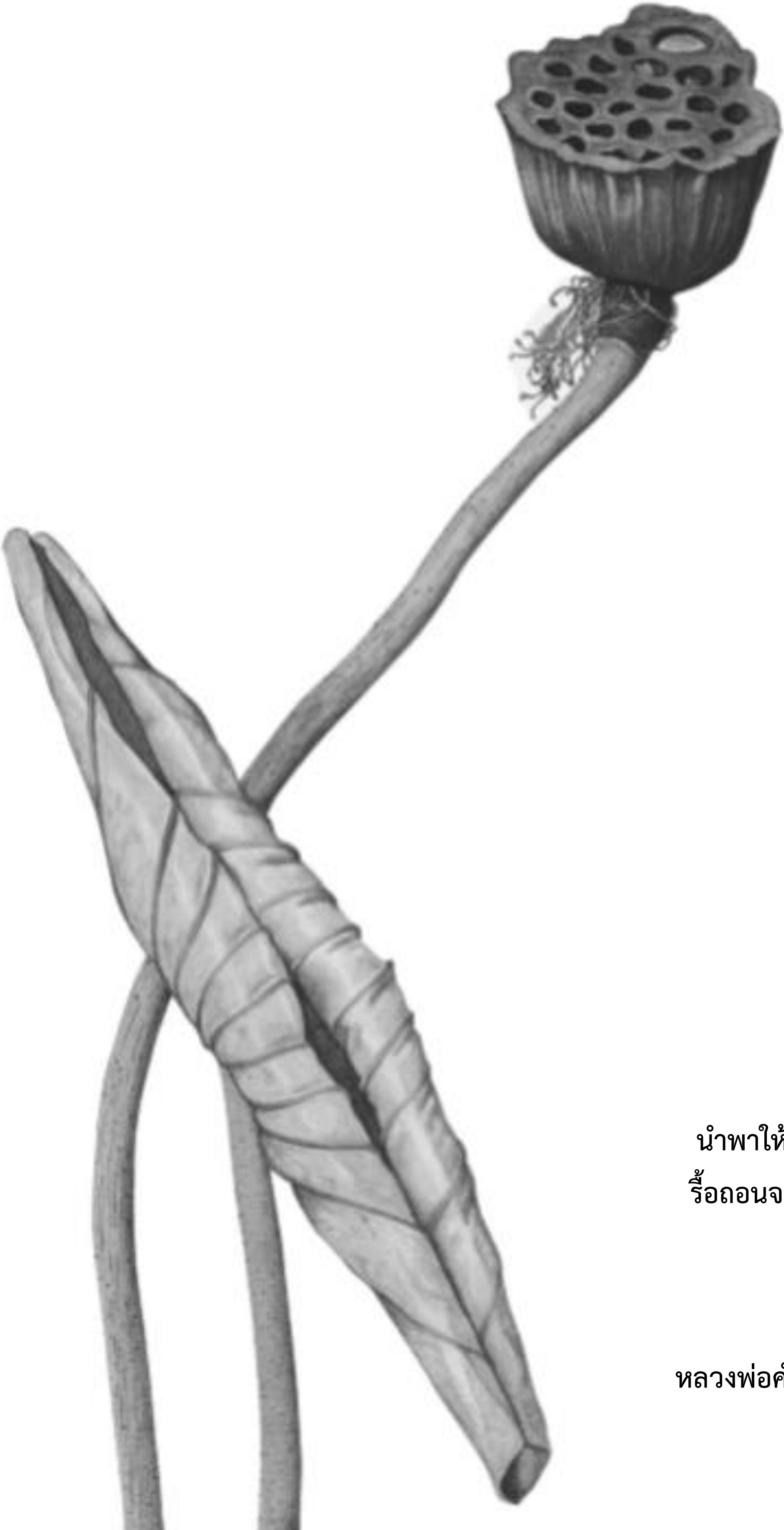
ไม่ใช่เรื่องแปลกอะไร

มันเป็น ธรรมชาติ

ธรรมดา

เป็นเช่นนั้นเอง ”

หลวงพ่อคำเขียน สุวณฺโณ



“ ความรู้สึกตัว
นำพาให้ถึงความหลุดพ้น
รื้อถอนจากความเป็นทาส
ตัดจากวัฏฏะ
สู่ความเป็นอิสระ ”

หลวงพ่อคำเขียน สุวณฺโณ

ภาคผนวก

อนุโมทนารัมภคาถา

ยะถา วาริวะหา ปูรา ปะริปูเรนติ สาคะรัง,

ห้วงน้ำที่เต็ม ย่อมยังสมุทรสาครให้บริบูรณ์ได้ ฉันใด,

เอวะเมวะ อิโต ทินนัง เปตานัง อุปะกัปปะติ,

ทานที่ท่าน อุทิศให้แล้วในโลกนี้, ย่อมสำเร็จประโยชน์แก่ผู้ที่ละโลกนี้ไปแล้วได้ ฉันนั้น,

อิจฉิตัง ปัตถิตัง ตุมฺหัง, ขออิฏฐผลที่ท่านปรารถนาแล้ว ตั้งใจแล้ว,

ขิปปะเมวะ สะมิชฌะตุ, จงสำเร็จโดยฉับพลัน,

สัพเพ ปูเรนตุ สังกัปปา, ขอความดำริทั้งปวงจงเต็มที่,

จันโท ปัณณะระโส ยะถา, เหมือนพระจันทร์ในวันเพ็ญ,

มะณิ โชติระโส ยะถา. เหมือนแก้วมณีอันสว่างไสวควรยินดี.

สามัญญานุโมทนาคาถา

สัพพีติโย วิวัชชันตุ, ความจัญไรทั้งปวงจงบำราศไป,

สัพพะโรโค วินัสสะตุ, โรคทั้งปวงของท่านจงหาย,

มา เต ภะวัตฺวันตะราโย, อันตรายอย่ามีแก่ท่าน,

สุขี ทีฆายุโก ภะวะ, ท่านจงเป็นผู้มีความสุข มีอายุยืน,

อะภิวาทะนะสีลิสสะ นิจจัง วุฑฒาปะจายิโน จัตตาโร ธัมมา วัฑฒันติ อายุ วัณโณ สุขัง พะลัง,

พรสี่ประการ คืออายุ วรรณะ สุขะ พละ, ย่อมเจริญแก่บุคคลผู้มีปรกติไหว้กราบ, มีปรกติอ่อนน้อมต่อผู้ใหญ่เป็นนิจ,

ภะวะตุ สัพพะมังคะลัง, ขอสรรพมงคลจงมีแก่ท่าน,

รักขันตุ สัพพะเทวะตา, ขอเหล่าเทวดาทั้งปวงจงรักษาท่าน,

สัพพะพุทธานุภาเวนะ, ด้วยอานุภาพแห่งพระพุทธเจ้า,

สัพพะธัมมานุภาเวนะ, ด้วยอานุภาพแห่งพระธรรม,

สัพพะสังฆานุภาเวนะ, ด้วยอานุภาพแห่งพระสงฆ์,

สะทา โสตถี ภะวันตุ เต.

ขอความสวัสดีทั้งหลาย จงมีแก่ท่านทุกเมื่อ เทอญ.

โภชนทานานุโมทนาคาถา

อายุโท พะละโท ธีโร, ผู้มีปัญญา ให้อายุ ให้กำลัง,

วัณณะโท ปะฏิภาณะโท, ให้วรรณะ ให้ปฏิภาณ,

สุขัสสะ ทาตา เมธาวี, ผู้มีปัญญา ให้ความสุข,

สุขัง โส อะธิคัจฉะติ, ย่อมได้ประสพสุข,

อายุง ทัต์วา พะลัง วัณณัง สุขัญจะ ปะฏิภาณะโท,

บุคคลผู้ให้อายุ พละ วรรณะ สุขะ และปฏิภาณ,

ทีฆายุ ยะสะวา โหติ ยัตถะ ยัตถูปะปัชชะตีติ.

บังเกิดในที่ใด ๆ ย่อมเป็นผู้มีอายุยืน มียศในที่นั้น ๆ ดังนี้.

กาละทานะสุตตะคาถา

กาเล ทะทันติ สะปัญญา วะทัญญู วีตะมัจฉะรา,

ผู้มีปัญญารอบรู้และปราศจากความตระหนี่,

กาเลนะ ทินนัง อะริเยสุ อุชุภูเตสุ ตาทิสุ วิปปะสันนะมะนา,

ย่อมถวายทานตามกาลสมัย ในพระอริยะเจ้าทั้งหลาย ผู้ประพฤติตรงคงที่,

ตัสสะ วิปุลา โหติ ทักขิณา,

เมื่อมีใจเลื่อมใสศรัทธาแล้ว ทักษิณาทานย่อมมีผลอันไพบูลย์,

เย ตัตถะ อะนุโมทันติ เวยยาวัจจัง กะโรนติ วา,

ชนทั้งหลายเหล่าใด ร่วมอนุโมทนา หรือช่วยกระทำการขวนขวายในทานนี้,

นะ เตนะ ทักขิณา โอนา,

ทักษิณาทานนั้น มิได้พร่องไปด้วยเหตุแห่งอนุโมทนานั้นเลย,

เตปิ ปุญญัสสะ ภาคิโน,

แม้ชนผู้ร่วมอนุโมทนา ก็มีส่วนแห่งบุญด้วย,

ตัส๎มา ทะเท อัปปะฏิวานะจิตโต ยัตถะ ทินนัง มะหัปผะลัง,

เพราะฉะนั้น เมื่อบุคคลไม่มีจิตท้อถอยในทาน ทานนั้นย่อมมีผลมาก,

ปุญญานิ ปะระโลกัส๎มิง ปะติฏฐา โหนติ ปาณินันติ.

บุญที่ทำแล้ว ย่อมเป็นที่พึ่งของท่านทั้งหลาย ในกาลข้างหน้าได้แล.

ติโรกุฑฑะกัณฑะปัจฉิมภาค

อะทาสิ เม อะกาสิ เม ญาติมิตตา สะขา จะ เม,

บุคคลได้มาระลึกถึงอุปการะอันท่านได้ทำแก่ตนในกาลก่อนว่า, ผู้นี้ได้ให้สิ่งนี้แก่เรา ผู้นี้ได้ทำกิจนี้ของเรา ผู้นี้เป็นญาติ เป็นมิตร เป็นเพื่อนของเรา ดังนี้,

เปตานัง ทักขิณัง ทัชชา ปุพเพ กะตะมะนุสสะรัง,

ก็ควรให้ทักษิณาทาน เพื่อผู้ที่ละโลกนี้ไปแล้ว,

นะ หิ รุณณัง วา โสโก วา ยา วัญญา ปะริเทวะนา,

การร้องไห้ก็ดี การเศร้าโศกก็ดี หรือการร่ำไรรำพันอย่างอื่นก็ดี, บุคคลไม่ควรทำทีเดียว,

นะ ตัง เปตานะมัตถายะ, เพราะว่าการร้องไห้เป็นต้นนั้น, ไม่เป็นประโยชน์แก่ญาติทั้งหลายผู้ละโลกนี้ไปแล้ว,

เอวัง ติฏฐันติ ญาตะโย, ญาติทั้งหลายย่อมตั้งอยู่อย่างนั้น,

อะยัญจะ โข ทักขิณา ทินนา, ก็ทักษิณานุปทานนี้แล อันท่านให้แล้ว,

สังฆัมหิ สุปะติฏฐิตา, ประดิษฐานไว้ดีแล้วในสงฆ์,

ทีฆะรัตตัง หิตายัสสะ ฐานะโส อุปะกัปปะติ,

ย่อมสำเร็จประโยชน์เกื้อกูลแก่ผู้ละโลกนี้ไปแล้วนั้น, ตลอดกาลนานตามฐานะ,

โส ญาติธัมโม จะ อะยัง นิทัสสิโต, ญาติธรรมนี้นั้น ท่านได้แสดงให้ปรากฏแล้ว,

เปตานะ ปูชา จะ กะตา อุฬารา,

แลบูชาอันยิ่ง ท่านก็ได้ทำแล้ว แก่ญาติทั้งหลายผู้ละโลกนี้ไปแล้ว,

พะลัญจะ ภิกขูนะมะนุปปะทินนัง,

กำลังแห่งภิกษุทั้งหลาย ชื่อว่าท่านได้เพิ่มให้แล้วด้วย,

ตุม์เหหิ ปุญญัง ปะสุตัง อะนัปปะกันติ.

บุญไม่น้อย ท่านได้ขวนขวายแล้ว ดังนี้แล.

ถวายพรพระ

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ ฯ

(๓ จบ)

อิติปิ โส ภะคะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ วิชชาจะระณะสัมปันโน สุคะโต โลกะวิทู อะนุตตะโร ปุริสะทัมมะสาระถิ สัตถา เทวะมะนุสสานัง พุทโธ ภะคะวาติ ฯ

ส๎วากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม สันทิฏฐิโก อะกาลิโก เอหิปัสสิโก โอปะนะยิโก ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหีติ ฯ

สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ อุชุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ ญายะปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ สามีจิปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ ยะทิทัง จัตตาริ ปุริสะยุคานิ อัฏฐะ ปุริสะปุคคะลา เอสะ ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ อาหุเนยโย ปาหุเนยโย ทักขิเณยโย อัญชะลีกะระณีโย อะนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง โลกัสสาติ ฯ

พุทธชัยมงคลคาถา

พาหุง สะหัสสะมะภินิมมิตะสาวุธันตัง
ค๎รีเมขะลัง อุทิตะโฆระสะเสนะมารัง
ทานาทิธัมมะวิธินา ชิตะวา มุนินโท
ตันเตชะสา ภะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ ฯ

มาราติเรกะมะภิยุชฌิตะสัพพะรัตติง
โฆรัมปะนาฬะวะกะมักขะมะถัทธะยักขัง
ขันตีสุทันตะวิธินา ชิตะวา มุนินโท
ตันเตชะสา ภะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ ฯ

นาฬาคิริง คะชะวะรัง อะติมัตตะภูตัง
ทาวัคคิจักกะมะสะนีวะ สุทารุณันตัง
เมตตัมพุเสกะวิธินา ชิตะวา มุนินโท
ตันเตชะสา ภะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ ฯ

อุกขิตตะขัคคะมะติหัตถะสุทารุณันตัง
ธาวันติโยชะนะปะถังคุลิมาละวันตัง
อิทธีภิสังขะตะมะโน ชิตะวา มุนินโท
ตันเตชะสา ภะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ ฯ

กัต์วานะ กัฏฐะมุทะรัง อิวะ คัพภินียา
จิญจายะ ทุฏฐะ วะจะนัง ชะนะกายะมัชเฌ
สันเตนะ โสมะวิธินา ชิตะวา มุนินโท
ตันเตชะสา ภะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ ฯ

สัจจัง วิหายะ มะติสัจจะกะวาทะเกตุง
วาทาภิโรปิตะมะนัง อะติอันธะภูตัง
ปัญญาปะทีปะชะลิโต ชิตะวา มุนินโท
ตันเตชะสา ภะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ ฯ

นันโทปะนันทะภุชะคัง วิพุธัง มะหิทธิง
ปุตเตนะ เถระภุชะเคนะ ทะมาปะยันโต
อิทธูปะเทสะวิธินา ชิตะวา มุนินโท
ตันเตชะสา ภะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ ฯ

ทุคคาหะทิฏฐิภุชะเคนะ สุทัฏฐะหัตถัง
พ์รัห์มัง วิสุทธิชุติมิทธิพะกาภิธานัง
ญาณาคะเทนะ วิธินา ชิตะวา มุนินโท
ตันเตชะสา ภะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ ฯ

เอตาปิ พุทธะชะยะมังคะละอัฏฐะคาถา
โย วาจะโน ทินะทิเน สะระเต มะตันที
หิต์วานะเนกะวิวิธานิ จุปัททะวานิ
โมกขัง สุขัง อะธิคะเมยยะ นะโร สะปัญโญ ฯ

ชยปริตตัง (ชยันโต)

มะหาการุณิโก นาโถ หิตายะ สัพพะปาณินัง
ปูเรต์วา ปาระมี สัพพา ปัตโต สัมโพธิมุตตะมัง
เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ โหตุ เต ชะยะมังคะลัง ฯ

ชะยันโต โพธิยา มูเล สัก์ยานัง นันทิวัฑฒะโน
เอวัง ต์วัง วิชะโย โหหิ ชะยัสสุ ชะยะมังคะเล
อะปะราชิตะปัลลังเก สีเส ปะฐะวิโปกขะเร
อะภิเสเก สัพพะพุทธานัง อัคคัปปัตโต ปะโมทะติ ฯ

สุนักขัตตัง สุมังคะลัง สุปะภาตัง สุหุฏฐิตัง
สุขะโณ สุมุหุตโต จะ สุยิฏฐัง พ์รัห์มะจาริสุ
ปะทักขิณัง กายะกัมมัง วาจากัมมัง ปะทักขิณัง
ปะทักขิณัง มะโนกัมมัง ปะณิธี เต ปะทักขิณา
ปะทักขิณานิ กัต์วานะ ละภันตัตเถ ปะทักขิเณ ฯ

ภะวะตุ สัพพะมังคะลัง รักขันตุ สัพพะเทวะตา
สัพพะพุทธานุภาเวนะ สะทา โสตถี ภะวันตุ เต ฯ
ภะวะตุ สัพพะมังคะลัง รักขันตุ สัพพะเทวะตา
สัพพะธัมมานุภาเวนะ สะทา โสตถี ภะวันตุ เต ฯ
ภะวะตุ สัพพะมังคะลัง รักขันตุ สัพพะเทวะตา
สัพพะสังฆานุภาเวนะ สะทา โสตถี ภะวันตุ เต ฯ

คำอาราธนาศีล ๕, ศีล ๘

มะยัง[๓๓] ภันเต, (วิสุง วิสุง รักขะณัตถายะ,) ติสะระเณนะ สะหะ, ปัญจะ[๓๔] สีลานิ ยาจามะ,

ทุติยัมปิ มะยัง ภันเต, (วิสุง วิสุง รักขะณัตถายะ,) ติสะระเณนะ สะหะ, ปัญจะ สีลานิ ยาจามะ,

ตะติยัมปิ มะยัง ภันเต, (วิสุง วิสุง รักขะณัตถายะ,) ติสะระเณนะ สะหะ, ปัญจะ สีลานิ ยาจามะ.

ข้าแต่ท่านผู้เจริญ, ข้าพเจ้าทั้งหลาย, ขอสมาทานศีล ๕ ประการ พร้อมทั้งไตรสรณคมน์, เพื่อจะรักษา (ต่าง ๆ กัน หรือแยกรักษาแต่ละข้อ),

แม้ครั้งที่ ๒ .....ฯลฯ.....

แม้ครั้งที่ ๓ .....ฯลฯ.....

---

[๓๓] ถ้าว่าคนเดียวพึงเปลี่ยนคำว่า **มะยัง** เป็น **อะหัง**, เปลี่ยน **ยาจามะ** เป็น **ยาจามิ**

[๓๔] ถ้าศีล ๘ พึงเปลี่ยน **ปัญจะ** เป็น **อัฏฐะ**, คำแปลพึงเปลี่ยน ศีล ๕ เป็น ศีล ๘

พิธีรักษาอุโบสถศีล

เมื่อพระสงฆ์สามเณรทำวัตรเช้าเสร็จแล้ว อุบาสกอุบาสิกาพึงทำวัตรเช้า โดยเริ่มคำบูชาพระ ว่า

ยะมะหัง สัมมาสัมพุทธัง ภะคะวันตัง สะระณัง คะโต, (หญิงว่า **คะตา**) พระผู้มีพระภาคเจ้า, พระองค์ตรัสรู้ดีแล้วโดยชอบพระองค์ใด, ข้าพเจ้าถึงแล้วว่าเป็นที่พึ่งกำจัดภัยจริง, **อิมินา สักกาเรนะ, ตัง ภะคะวันตัง, อะภิปูชะยามิ.** ข้าพเจ้าบูชา, ซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น, ด้วยเครื่องสักการะอันนี้.

ยะมะหัง ส๎วากขาตัง, ธัมมัง สะระณัง คะโต, (หญิงว่า **คะตา**) พระธรรมที่พระผู้มีพระภาค, พระองค์ตรัสไว้ดีแล้วสิ่งใด, ข้าพเจ้าถึงแล้วว่าเป็นที่พึ่งกำจัดภัยจริง, **อิมินา สักกาเรนะ, ตัง ธัมมัง อะภิปูชะยามิ.** ข้าพเจ้าบูชา, ซึ่งพระธรรมนั้น, ด้วยเครื่องสักการะอันนี้.

ยะมะหัง สุปะฏิปันนัง, สังฆัง สะระณัง คะโต, (หญิงว่า **คะตา**) พระสงฆ์ที่ท่านเป็นผู้ปฏิบัติดีแล้วหมู่ใด, ข้าพเจ้าถึงแล้วว่า เป็นที่พึ่งกำจัดภัยจริง, **อิมินา สักกาเรนะ, ตัง สังฆัง อะภิปูชะยามิ.** ข้าพเจ้าบูชา, ซึ่งพระสงฆ์หมู่นั้น, ด้วยเครื่องสักการะอันนี้.

อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ภะคะวา, พุทธัง ภะคะวันตัง อะภิวาเทมิ.

(กราบ)

ส๎วากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม, ธัมมัง นะมัสสามิ.

(กราบ)

สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, สังฆัง นะมามิ.

(กราบ)

(หลังจากทำวัตรเช้าจบแล้ว หัวหน้าอุบาสกหรืออุบาสิกา พึงคุกเข่าประนมมือ ประกาศองค์อุโบสถ ทั้งคำบาลีและคำไทย ดังนี้)

อัชชะ โภนโต ปักขัสสะ <u>อัฏฐะมีทิวะโส</u>[๓๕] เอวะรูโป โข โภนโต ทิวะโส พุทเธนะ ภะคะวะตา ปัญญัตตัสสะ ธัมมัสสะวะนัสสะ เจวะ ตะทัตถายะ อุปาสะกะอุปาสิกานัง อุโปสะถัสสะ จะ กาโล โหติ หันทะ มะยัง โภนโต สัพเพ อิธะ สะมาคะตา ตัสสะ ภะคะวะโต ธัมมานุธัมมะปะฏิปัตติยา ปูชะนัตถายะ อิมัญจะ รัตติง อิมัญจะ ทิวะสัง อัฏฐังคะสะมันนาคะตัง อุโปสะถัง อุปะวะสิสสามาติ กาละปะริจเฉทัง กัต๎วา ตัง ตัง เวระมะณิง อารัมมะณัง กะริต๎วา อะวิกขิตตะจิตตา หุต๎วา สักกัจจัง อุโปสะถัง สะมาทิเยยยามะ อีทิสัง หิ อุโปสะถัง สัมปัตตานัง อัม๎หากัง ชีวิตัง มา นิรัตถะกัง โหตุ.

ขอประกาศเริ่มเรื่องความที่จะสมาทานรักษาอุโบสถ อันพร้อมไปด้วยองค์แปดประการ ให้สาธุชนที่ได้ตั้งจิตสมาทานทราบทั่วกันก่อน แต่สมาทาน ณ บัดนี้ ด้วยวันนี้ เป็น <u>วันอัฏฐะมีดิถีที่แปด</u>[๓๖] แห่งปักษ์มาถึงแล้ว ก็แหละวันเช่นนี้ เป็นกาลที่สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงบัญญัติแต่งตั้งไว้ให้ประชุมกันฟังธรรมและเป็นกาลที่จะรักษาอุโบสถของอุบาสกอุบาสิกาทั้งหลาย เพื่อประโยชน์แก่การฟังธรรมนั้นด้วย เชิญเถิดเราทั้งหลายทั้งปวงที่ได้มาประชุมพร้อมกัน ณ ที่นี้ พึงกำหนดกาลว่าจะรักษาอุโบสถตลอดวันหนึ่งกับคืนหนึ่งนี้ แล้วพึงทำความเว้นโทษนั้น ๆ เป็นอารมณ์ คือ

---

[๓๕] คำบาลี ถ้าวันพระ ๘ ค่ำว่า **อัฏฐะมีทิวะโส,** ๑๕ ค่ำว่า **ปัณณะระสีทิวะโส,** ๑๔ ค่ำว่า **จาตุททะสีทิวะโส**

[๓๖] คำแปล ถ้าวันพระ ๘ ค่ำว่า วันอัฏฐะมีดิถีที่แปด, ๑๕ ค่ำว่า วันปัณณะระสีดิถีที่สิบห้า, ๑๔ ค่ำว่า วันจาตุททะสีดิถีที่สิบสี่

- **เว้นจากการฆ่าสัตว์ ๑**
- **เว้นจากการลักฉ้อสิ่งที่เจ้าของเขาไม่ให้ ๑**
- **เว้นจากการประพฤติกรรมที่เป็นข้าศึกแก่พรหมจรรย์ ๑**
- **เว้นจากการเจรจาคำเท็จล่อลวงผู้อื่น ๑**
- **เว้นจากการดื่มสุราเมรัยและของมึนเมาอันเป็นเหตุที่ตั้งแห่งความประมาท ๑**
- **เว้นจากการบริโภคอาหาร ตั้งแต่เวลาพระอาทิตย์เที่ยงแล้วไปจนถึงเวลาอรุณขึ้นมาใหม่ ๑**
- **เว้นจากฟ้อนรำขับร้องและประโคมเครื่องดนตรีต่าง ๆ และดูการละเล่นแต่บรรดาที่เป็นข้าศึกแก่บุญกุศลทั้งสิ้น และทัดทรงประดับตกแต่งร่างกายด้วยดอกไม้ของหอม เครื่องประดับ เครื่องทา เครื่องย้อม ผัดผิว ทำกายให้วิจิตรงดงามต่าง ๆ อันเป็นเหตุที่ตั้งแห่งความกำหนัดยินดี ๑**
- **เว้นจากนั่งนอนเหนือเตียงตั่งม้านั่งที่มีเท้าสูงเกินประมาณ และที่นั่งที่นอนใหญ่ภายในมีนุ่นและสำลี และเครื่องปูลาดที่วิจิตรด้วยเงินและทองต่าง ๆ ๑**

อย่าให้มีจิตฟุ้งซ่านส่งไปอื่น พึงสมาทานเอาองค์อุโบสถทั้งแปดประการโดยเคารพ เพื่อจะบูชาสมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น ด้วยธรรมานุธรรม-ปฏิบัติ อนึ่ง ชีวิตของเราทั้งหลายที่ได้เป็นอยู่รอดมาถึงวันอุโบสถเช่นนี้ จงอย่าได้ล่วงไปเสียเปล่าจากประโยชน์เลย

(เมื่อหัวหน้าประกาศจบแล้ว พระสงฆ์ผู้แสดงธรรมขึ้นนั่งบนธรรมาสน์ อุบาสกอุบาสิกาพึงนั่งคุกเข่ากราบพร้อมกัน ๓ ครั้ง แล้วกล่าวคำอาราธนาอุโบสถศีลพร้อมกัน ว่าดังนี้)

มะยัง ภันเต ติสะระเณนะ สะหะ
อัฏฐังคะสะมันนาคะตัง อุโปสะถัง ยาจามะ. (๓ จบ)

ต่อนี้ คอยตั้งใจรับสรณคมน์และศีลโดยเคารพ คือประนมมือ ว่าตามคำที่พระสงฆ์บอกเป็นตอน ๆ ว่า

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ. (๓ จบ)

พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ
ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ
สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ
ทุติยัมปิ พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ
ทุติยัมปิ ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ
ทุติยัมปิ สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ
ตะติยัมปิ พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ
ตะติยัมปิ ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ
ตะติยัมปิ สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ.

เมื่อพระสงฆ์ว่า **ติสะระณะคะมะนัง นิฏฐิตัง.** พึงรับพร้อมกันว่า **อามะ ภันเต.**

๑. ปาณาติปาตา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ.
๒. อะทินนาทานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ.
๓. อะพ๎รัห๎มะจะริยา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ.
๔. มุสาวาทา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ.
๕. สุราเมระยะมัชชะปะมาทัฏฐานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ.
๖. วิกาละโภชะนา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ.
๗. นัจจะคีตะวาทิตะวิสูกะทัสสะนะ มาลาคันธะวิเลปะนะธาระณะมัณฑะนะ-วิภูสะนัฏฐานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ.
๘. อุจจาสะยะนะมะหาสะยะนา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ.

อิมัง อัฏฐังคะสะมันนาคะตัง, พุทธะปัญญัตตัง อุโปสะถัง, อิมัญจะ รัตติง อิมัญจะ ทิวะสัง, สัมมะเทวะ อะภิรักขิตุง สะมาทิยามิ.

(หยุดรับเพียงเท่านี้)

ตอนนี้พระสงฆ์จะว่า **อิมานิ อัฏฐะ สิกขาปะทานิ อุโปสะถะวะเสนะ มะนะสิกะริต์วา สาธุกัง อัปปะมาเทนะ รักขิตัพพานิ.**

(พึงรับพร้อมกันว่า) **อามะ ภันเต.**

(พระสงฆ์ว่าต่อ)

สีเลนะ สุคะติง ยันติ สีเลนะ โภคะสัมปะทา
สีเลนะ นิพพุติง ยันติ ตัส์มา สีลัง วิโสธะเย.

พึงกราบพร้อมกัน ๓ ครั้ง ต่อนี้นั่งราบพับเพียบประนมมือฟังธรรม เมื่อจบแล้วพึงให้สาธุการและสวดประกาศตนพร้อมกัน ดังนี้

สาธุ สาธุ สาธุ

อะหัง พุทธัญจะ ธัมมัญจะ สังฆัญจะ สะระณัง คะโต (หญิงว่า **คะตา**) **อุปาสะกัตตัง** (หญิงว่า **อุปาสิกัตตัง**) **เทเสสิง ภิกขุสังฆัสสะ สัมมุขา,**

เอตัง เม สะระณัง เขมัง เอตัง สะระณะมุตตะมัง
เอตัง สะระณะมาคัมมะ สัพพะทุกขา ปะมุจจะเย
ยะถาพะลัง จะเรยยาหัง สัมมาสัมพุทธะสาสะนัง

ทุกขะนิสสะระณัสเสวะ ภาคี อัสสัง (หญิงว่า **ภาคิ นิสสัง**) **อะนาคะเต,**

กาเยนะ วาจายะ วะ เจตะสา วา,
พุทเธ กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง,
พุทโธ ปะฏิคคัณ์หะตุ อัจจะยันตัง,
กาลันตะเร สังวะริตุง วะ พุทเธ.

กาเยนะ วาจายะ วะ เจตะสา วา,
ธัมเม กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง,
ธัมโม ปะฏิคคัณ์หะตุ อัจจะยันตัง,
กาลันตะเร สังวะริตุง วะ ธัมเม.

กาเยนะ วาจายะ วะ เจตะสา วา,
สังเฆ กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง,
สังโฆ ปะฏิคคัณ์หะตุ อัจจะยันตัง,
กาลันตะเร สังวะริตุง วะ สังเฆ.

คำขอบวชเนกขัมมบารมี

เอสาหัง ภันเต, สุจิระปะรินิพพุตัมปิ, ตัง ภะคะวันตัง สะระณัง คัจฉามิ, ธัมมัญจะ ภิกขุสังฆัญจะ, ปัพพัชชัง มัง ภันเต, สังโฆ ธาเรตุ อัชชะตัคเค ปาณุเปตัง, สะระณัง คะตัง. (พระสงฆ์รับสาธุ)

ข้าแต่ท่านผู้เจริญ ข้าพเจ้าขอถึงสมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้า แม้เสด็จดับขันธปรินิพพานนานแล้ว กับทั้งพระธรรมและพระสงฆ์ว่าเป็นที่พึ่งที่ระลึก ขอพระสงฆ์จงจำข้าพเจ้าไว้ว่า เป็นผู้บวชในพระธรรมวินัย ผู้ถึงพระรัตนตรัยเป็นสรณะตลอดชีวิต ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป.

คำลาสิกขาบวชเนกขัมมบารมี

อิมานิ อัฏฐะ สิกขาปะทานิ นิกขิปามิ.

ข้าพเจ้าขอลาสิกขาบท ๘ ไว้แต่เพียงเท่านี้. (๓ จบ)

คำลากลับบ้าน

(ผู้ลา) **หันทะทานิ มะยัง ภันเต อาปุจฉามะ พะหุกิจจา มะยัง พะหุกะระณียา.**

ข้าแต่ท่านผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลายขอกล่าวลาเพราะมีกิจมาก ธุระมาก.

(พระสงฆ์) **ยัสสะทานิ ตุม์เห กาลัง มัญญะถะ.**

ท่านทั้งหลายจงรู้กาล รู้เวลาเถิด.

(ผู้ลา) **สาธุ ภันเต.** (กราบ ๓ ครั้ง)

คำอาราธนาธรรม

พ์รัห์มา จะ โลกาธิปะตี สะหัมปะติ,
กัตอัญชะลี อันธิวะรัง อะยาจะถะ,
สันตีธะ สัตตาปปะระชักขะชาติกา,
เทเสตุ ธัมมัง อะนุกัมปิมัง ปะชัง.

ท้าวสหัมบดีพรหม ผู้เป็นอธิบดีแห่งโลก, ได้ประคองอัญชลี, ทูลวิงวอนพระพุทธเจ้าผู้ประเสริฐว่า สัตว์ผู้มีธุลีในดวงตาน้อยมีอยู่ในโลก ขอพระคุณเจ้าโปรดแสดงธรรมอนุเคราะห์ด้วยเถิด.[๓๗]

คำอาราธนาพระปริตร

วิปัตติปะฏิพาหายะ, สัพพะสัมปัตติสิทธิยา,
สัพพะ *ทุกขะ* วินาสายะ, ปะริตตัง พ์รูถะ มังคะลัง,
วิปัตติปะฏิพาหายะ, สัพพะสัมปัตติสิทธิยา,
สัพพะ *ภะยะ* วินาสายะ, ปะริตตัง พ์รูถะ มังคะลัง,
วิปัตติปะฏิพาหายะ, สัพพะสัมปัตติสิทธิยา,
สัพพะ *โรคะ* วินาสายะ, ปะริตตัง พ์รูถะ มังคะลัง.

ขอพระคุณเจ้าโปรดสวดพระปริตร (เจริญพระพุทธมนต์) อันเป็นมงคล, เพื่อป้องกันความวิบัติ, เพื่อสำเร็จสมบัติทุกประการ, เพื่อให้ทุกข์ ภัย โรค อันตรายใด ๆ ทั้งปวง, จงพินาศสูญไป.[๓๘]

---

[๓๗] คำอาราธนาธรรม - ใช้อาราธนาเวลาพระแสดงธรรมและสวดงานอวมงคล เช่น งานศพ เป็นต้น

[๓๘] คำอาราธนาพระปริตร - ใช้อาราธนาเวลาพระเจริญพระพุทธมนต์ในงานมงคลต่าง ๆ

คำขอขมาโทษ

(ผู้ขอ) **เถเร**[๓๙] **ปะมาเทนะ ท์วารัตตะเยนะ กะตัง, สัพพัง อะปะราธัง** **<u>ขะมะถะ เม</u>**[๔๐] **ภันเต.** (๓ หน)

ขอท่านได้กรุณายกโทษทั้งปวง ที่ข้าพเจ้าได้ล่วงเกินท่านด้วย กาย วาจา ใจ เพราะความประมาทด้วยเทอญ.

(ผู้รับ) **อะหัง ขะมามิ <u>ตะยาปิ</u> เม ขะมิตัพพัง.**

ข้าพเจ้าขอยกโทษนั้นแก่ท่าน, แม้ท่านก็พึงยกโทษนั้นแก่ข้าพเจ้าด้วย.

(ผู้ขอ) **<u>ขะมามิ</u> ภันเต.**

ข้าพเจ้าขอยกโทษนั้นแก่ท่าน.

คำถวายสังฆทาน (แบบสามัญ)

อิมานิ, มะยัง ภันเต, ภัตตานิ, สะปะริวารานิ, ภิกขุสังฆัสสะ, โอโณชะยามะ, สาธุ โน ภันเต, ภิกขุสังโฆ, อิมานิ, ภัตตานิ, สะปะริวารานิ, ปะฏิคคัณ์หาตุ[๔๑]**, อัม์หากัง**[๔๒]**, ทีฆะรัตตัง, หิตายะ, สุขายะ.**

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ, ข้าพเจ้าทั้งหลาย, ขอน้อมถวาย, ภัตตาหาร, กับทั้งบริวารทั้งหลายเหล่านี้, แด่พระภิกษุสงฆ์, ขอพระภิกษุสงฆ์จงรับ, ภัตตาหาร, กับทั้งบริวารทั้งหลายเหล่านี้, ของข้าพเจ้าทั้งหลาย, เพื่อประโยชน์ และความสุข, แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย, สิ้นกาลนาน เทอญ.

---

[๓๙] เลือกใช้ให้เหมาะสม **เถเร** คือ พระเถระ, **มะหาเถเร** คือ พระมหาเถระ, **สังเฆ** คือ คณะสงฆ์, **อุปัชฌาเย** คือ พระอุปัชฌาย์, **อาจะริเย** คือ พระอาจารย์, สถานะต่ำจากนั้นลงมาใช้คำว่า **อายัส์มันเต** คือ ท่าน

[๔๐] ถ้าผู้ขอหลายรูป เปลี่ยน **ขะมะถะ เม** เป็น **ขะมะตุ โน**, เปลี่ยน **ตะยาปิ** เป็น **ตุม์เหหิปิ**, เปลี่ยน **ขะมามิ** เป็น **ขะมามะ**

[๔๑] อ่านว่า **ปะ-ฏิค-คัณ-ณ์หา-ตุ** (ณ์ ออกเสียงสั้นเป็นครึ่งหนึ่งของเสียง “ณะ”)

[๔๒] อ่านว่า **อัม-ม์หา-กัง** (ม์ ออกเสียงสั้นเป็นครึ่งหนึ่งของเสียง “มะ”)

คำถวายสังฆทานอุทิศให้ผู้ตาย

อิมานิ, มะยัง ภันเต, มะตะกะภัตตานิ, สะปะริวารานิ, ภิกขุสังฆัสสะ, โอโณชะยามะ, สาธุ โน ภันเต, ภิกขุสังโฆ, อิมานิ, มะตะกะภัตตานิ, สะปะริวารานิ, ปะฏิคคัณ๎หาตุ, อัม๎หากัญเจวะ, มาตาปิตุอาทีนัญจะ, ญาตะกานัง, กาละกะตานัง, ทีฆะรัตตัง, หิตายะ, สุขายะ.

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ, ข้าพเจ้าทั้งหลาย, ขอน้อมถวาย, มตกภัตตาหาร, กับทั้งบริวารทั้งหลายเหล่านี้, แด่พระภิกษุสงฆ์, ขอพระภิกษุสงฆ์จงรับ, มตกภัตตาหาร, กับทั้งบริวารทั้งหลายเหล่านี้, ของข้าพเจ้าทั้งหลาย, เพื่อประโยชน์และความสุข, แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย, แก่ญาติของข้าพเจ้าทั้งหลาย, มีมารดาบิดาเป็นต้น, และ... (ชื่อผู้ที่จะอุทิศ) ผู้ที่ละโลกนี้ไปแล้วด้วย, สิ้นกาลนาน เทอญ.

คำถวายผ้าป่า

อิมานิ, มะยัง ภันเต, ปังสุกูละจีวะรานิ, สะปะริวารานิ, ภิกขุสังฆัสสะ, โอโณชะยามะ, สาธุ โน ภันเต, ภิกขุสังโฆ, อิมานิ, ปังสุกูละจีวะรานิ, สะปะริวารานิ, ปะฏิคคัณ๎หาตุ, อัม๎หากัง, ทีฆะรัตตัง, หิตายะ, สุขายะ.

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ, ข้าพเจ้าทั้งหลาย, ขอน้อมถวาย, ผ้าบังสุกุลจีวร, กับทั้งบริวารทั้งหลายเหล่านี้, แด่พระภิกษุสงฆ์, ขอพระภิกษุสงฆ์จงรับ, ผ้าบังสุกุลจีวร, กับทั้งบริวารทั้งหลายเหล่านี้, ของข้าพเจ้าทั้งหลาย, เพื่อประโยชน์ และความสุข, แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย, สิ้นกาลนาน เทอญ.

คำชักผ้าป่า

อิมัง ปังสุกูละจีวะรัง อัสสามิกัง มัย๎หัง ปาปุณาติ.

ผ้าบังสุกุลจีวรผืนนี้ เป็นผ้าไม่มีเจ้าของหวงแหน ย่อมถึงแก่ข้าพเจ้า ดังนี้.



“ มีแต่ธรรมชาติ ธรรมดา
ไม่มีใครเจ็บป่วย ไม่มีใครตายอะไร
ร่างกายมันแสดงธรรม
มันบอกความไม่เที่ยง
บอกถึงความเป็นทุกข์ของรูปสังขาร
มันบอกถึงความไม่ใช่ตัวตน
เป็นไปตามเหตุปัจจัย
ก็ดูมันไป
ถึงเวลาก็ปล่อยวาง ไม่ยุ่งไปกับมัน
พร้อมที่จะทิ้ง อยู่ตลอดเวลา ”

หลวงพ่อคำเขียน สุวณฺโณ

ภาพสาธิตการเจริญสติแบบเคลื่อนไหว

(นั่งสร้างจังหวะ)



เอามือวางไว้บนขา
ให้มีสติกำหนดรู้



พลิกมือขวาตะแคงขึ้น ให้รู้สึกตัว
มันหยุดก็ให้รู้



ยกมือขวาขึ้นครึ่งตัว ให้รู้สึกตัว
มันหยุดก็ให้รู้



เอามือขวามาที่สะดือ ให้รู้สึกตัว
มันหยุดก็ให้รู้



พลิกมือซ้ายตะแคงขึ้น ให้รู้สึกตัว
มันหยุดก็ให้รู้



ยกมือซ้ายขึ้นครึ่งตัว ให้รู้สึกตัว
มันหยุดก็ให้รู้



เอามือซ้ายเข้ามาทับมือขวา ให้รู้สึกตัว
มันหยุดก็ให้รู้



เลื่อนมือขวาขึ้นหน้าอก ให้รู้สึกตัว
มันหยุดก็ให้รู้



เอามือขวาออกมาตรงข้าง ให้รู้สึกตัว
มันหยุดก็ให้รู้



ลดมือขวาลงที่ขาขวา ตะแคงไว้ ให้รู้สึกตัว
มันหยุดก็ให้รู้



คว่ำมือขวาลงที่ขาขวา ให้รู้สึกตัว
มันหยุดก็ให้รู้



เลื่อนมือซ้ายขึ้นหน้าอก ให้รู้สึกตัว
มันหยุดก็ให้รู้



เอามือซ้ายออกมาตรงข้าง ให้รู้สึกตัว
มันหยุดก็ให้รู้



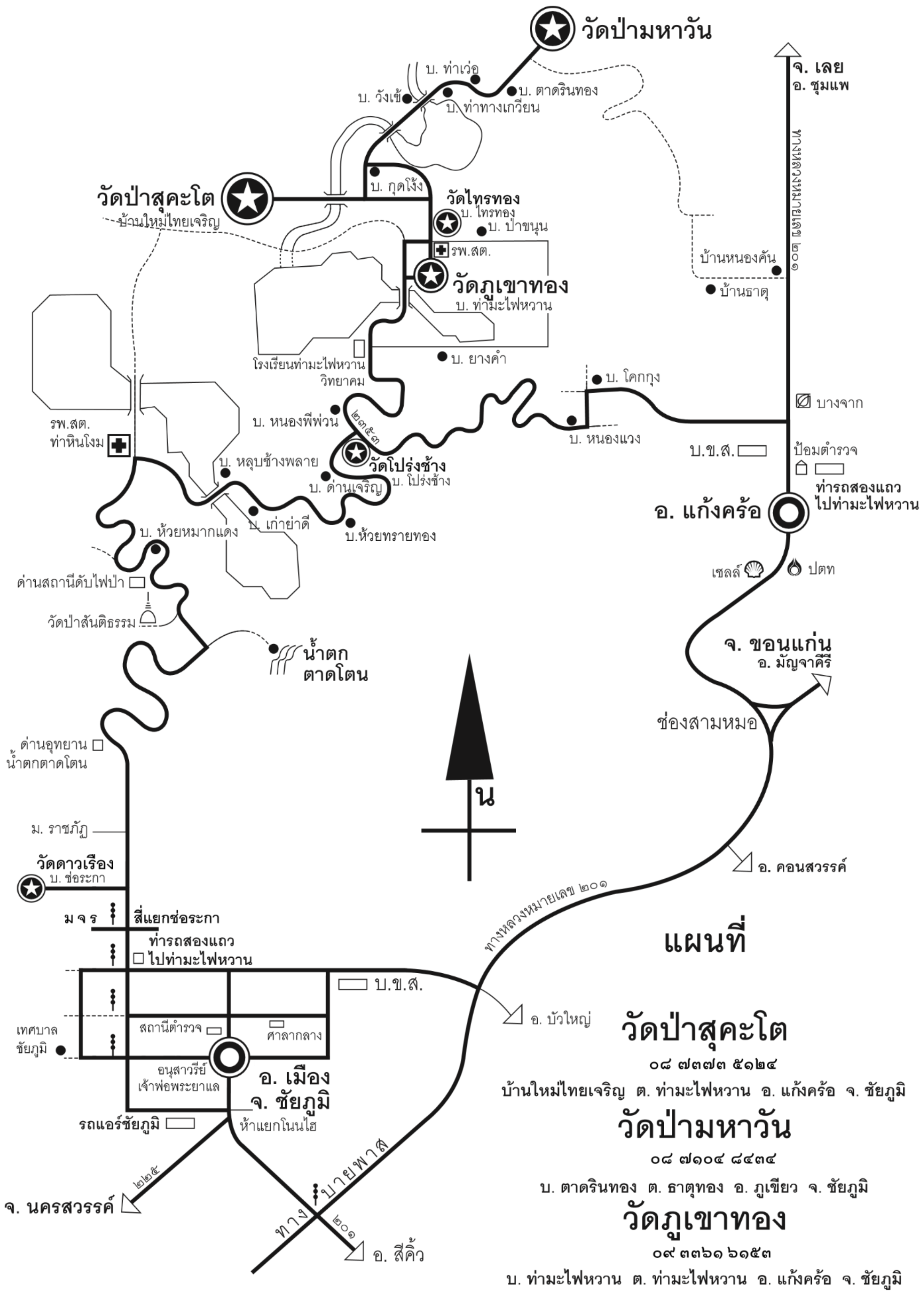
ลดมือซ้ายลงที่ขาซ้าย ตะแคงไว้ ให้รู้สึกตัว
มันหยุดก็ให้รู้



คว่ำมือซ้ายลงที่ขาซ้าย ให้รู้สึกตัว
มันหยุดก็ให้รู้

“ดูกายเห็นจิต ดูคิดเห็นธรรม ดูกรรมเห็นนิพพาน ดูอาการเห็นปรมัติ”
หลวงพ่อเทียน จิตฺตสุโภ

แผนที่วัดป่าสุคะโต วัดป่ามหาวันและวัดภูเขาทอง



แผนที่

วัดป่าสุคะโต

๐๘ ๗๓๗๓ ๕๑๒๔

บ้านใหม่ไทยเจริญ ต. ท่ามะไฟหวาน อ. แก้งคร้อ จ. ชัยภูมิ

วัดป่ามหาวัน

๐๘ ๗๑๐๔ ๘๔๓๔

บ. ตาดรินทอง ต. ธาตุทอง อ. ภูเขียว จ. ชัยภูมิ

วัดภูเขาทอง

๐๙ ๓๓๖๑ ๖๑๕๓

บ. ท่ามะไฟหวาน ต. ท่ามะไฟหวาน อ. แก้งคร้อ จ. ชัยภูมิ



Phansakdi Chakkaphak

วัดป่าสุคะโต บ้านใหม่ไทยเจริญ ตำบลท่ามะไฟหวาน อำเภอแก้งคร้อ จังหวัดชัยภูมิ



Phansakdi Chakkaphak

วัดป่าสุคะโต บ้านใหม่ไทยเจริญ ตำบลท่ามะไฟหวาน อำเภอแก้งคร้อ จังหวัดชัยภูมิ